



SUPREMA DE PAVO

A LA MIEL CON ARROZ JAZMÍN

El arroz salvaje son granos que provienen de plantas acuáticas con un 13% de proteína mas que el arroz asiático. Es un acompañamiento ideal para esta deliciosa pechuga de pavo con una vinagreta a base de miel y frutos secos.

INTOLERANCIAS



INSTRUCCIONES DE PREPARACIÓN

3 MINUTOS



Antes de preparar, sacar de la nevera 15 minutos. Regular el microondas a máxima potencia. Calentar los ingredientes justo el tiempo indicado, especialmente carnes y pescados; si se calientan más tiempo pierden calidad.



ABRIR EL FILM



CALENTAR



EMPLATAR



DISFRUTAR

INGREDIENTES

	1 RACIÓN	2 RACIONES
• PAVO	30''	1'
• VINAGRETA DULCE DE ANACARDOS		
• ARROZ SALVAJE SALTEADO	30''	1'
• CHAMPIÑONES SALTEADOS	30''	1'

EMPLATADO

Elige un plato llano, en una mitad coloca una base con el ARROZ SALVAJE SALTEADO y en la otra los CHAMPIÑONES SALTEADOS. Sobre el arroz coloca el PAVO de forma escalonada y termina vertiendo la cantidad deseada de VINAGRETA DULCE DE ANACARDOS.