



LOMO DE CERDO

CON SALTEADO DE TRIGO Y HUMMUS DE REMOLACHA

Plato mediterráneo muy completo y saludable gracias a la combinación de las legumbres con el trigo, el pollo y la remolacha, fuente natural de vitaminas.

INTOLERANCIAS


GLUTEN


SÉSAMO


SULFITOS

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
• LOMO DE CERDO	1' 	2' 
• SALTEADO DE TRIGO Y VERDURAS	30'' 	1' 
• VINAGRETA DE TOMATE		
• HUMMUS DE REMOLACHA		

EMPLATADO

Elige un plato llano y en un lateral coloca el LOMO DE CERDO de forma escalonada, acompañado de la VINAGRETA DE TOMATE. A su lado coloca el SALTEADO DE TRIGO Y VERDURAS dejando un pequeño hueco para añadir el HUMMUS DE REMOLACHA.