

HUEVO DIVORCIADO SOBRE NOPAL

1 porción
Costo: \$16.00

INGREDIENTES

- 1 pieza de huevo
- 2 claras de huevo
- 1 cucharadita de aceite vegetal
- 2 nopales cocinados
- ½ taza de salsa verde
- ½ taza de salsa roja

Para acompañar:

- 1 tortilla de maíz

PROCEDIMIENTO

1. Cocinar los huevos en un sartén de teflón con el aceite.
2. Calentar los nopales en horno de microondas por 1 minuto.
3. En un plato poner los nopales de base y encima cada huevo.
4. Bañar cada uno con un tipo de salsa.
5. Servir acompañado de una tortilla.

CUADRO NUTRIMENTAL

	1 porción
Energía (kcal)	295
Proteínas (g)	16
Hidratos de Carbono (g)	31
Fibra (g)	12.6
Lípidos (g)	11
Colesterol (mg)	187