

## TACOS DE JAMÓN CARIBEÑO

1 porción

### INGREDIENTES

- ½ taza de cebolla en tiras
- 1 cucharadita de aceite vegetal
- 50g de jamón de pavo en cubos
- 1 calabaza cortada en medias lunas
- ½ taza de piña natural en cubitos
- 1 chile guajillo cortado en tiras
- 2 tortillas de maíz
- Sal y pimienta negra

### PROCEDIMIENTO

1. Saltear la cebolla en un sartén con aceite.
2. Agregar el jamón y la calabaza. Salpimentar.
3. Cocinar por 2 minutos a fuego bajo moviendo constantemente.
4. Agregar la piña, chile y cocinar por 1 minuto más.
5. Formar los taquitos y servir acompañado de una ensalada de hojas verdes.

### CUADRO NUTRIMENTAL

	<b>1 porción</b>
<b>Energía (kcal)</b>	310
<b>Proteínas (g)</b>	6.5
<b>Hidratos de Carbono (g)</b>	46
<b>Fibra (g)</b>	4.2
<b>Lípidos (g)</b>	9
<b>Colesterol</b>	27