



COMIDA SALUDABLE Y ECONÓMICA

RECETAS SALUDABLES

Filetes a la plancha



INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 200g. carne de pavo, pollo o ternera

ELABORACIÓN

Aquí proponemos unas ideas para enriquecer los filetes a la plancha o al horno y que sean más sabrosos:

- Curry.
- Mostazas
- Pimentón (dulce y picante)
- Cúrcuma, comino, cilantro
- Pimientas
- Hierbas aromáticas: albahaca, romero, tomillo, orégano, eneldo, perejil, etc.
- Adobos: tradicional (aceite, limon o vinagre y vino blanco) o con yogur natural, zumo de limón o aceite suave.

Combínalas a tu gusto.

PRECIO
(APROXIMADO PERSONA)

1 €