



Pomidor z cebulą

★★★★★(0)

🕒 5 minut

🍴 1 osoba

👨‍🍳 łatwy

Wartości odżywcze

26 kcal / 1 porcję (150 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

🔥 Kaloryczność 17.00 kcal 0.85%	🥩 Białko 0.97 g 1.94%	🍞 Węglowod. 4.04 g 1.5%	🥑 Tłuszcze 0.23 g 0.33%	🌾 Błonnik 1.27 g 5.08%	GDA 0.85 %
--	------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------



Składniki

- Pomidor - 130g
- Cebula - 20g (¼ sztuki)



Sposób przyrządzenia

KROK 1: Pomidora dokładnie umyj i pokrój w plasterki. Ułóż na talerzu.

KROK 2: Cebulę obierz, pokrój w cienkie piórka i posyp nią pomidora. Potrawę możesz dosolić do smaku używając soli o obniżonej zawartości sodu.

*Podawaj jako przekąskę lub dodatek do kanapek i dań obiadowych.

Smacznego!

