



Susana Sánchez

Universidad de Navarra
clínica de nutrición



PASTEL MEXICANO

INGREDIENTES

MEDIA BERENJENA
CEBOLLA
PIMIENTO ROJO Y VERDE
175 de TERNERA PICADA O POLLO DADOS
1/3 sobre ADEREZO MEXICANO PARA BURRITO
1cuchara ACEITE OLIVA
TOMATES CHERRY

PREPARACIÓN

Cortar las verduras en tiras y saltear en la sartén (antiadherente) con la cuchara de aceite, hasta q estén dorada.

Añadir la carne picada o el pollo y el aderezo del sobré, remover con la cuchara.

Poner unos tomates CHERRY

Decorar con hojas de lechuga

Y listo Jalisco.....