

TORTILLA CON COTOLETTA AL CAVOLFIORE 99KCAL, RUCOLA E POMODORINI

INGREDIENTI

1 confezione di Cotolette 99 kcal con Cavolfiore, Zucchine & Fagioli Neri

200 g di pomodorini misti

3 cucchiaini di olio d'oliva

3 tortillas

3 cucchiaini di formaggio spalmabile

60 g di rucola

1 limone

sale e pepe



3 PORZIONI



11 MIN



FACILE

Con questa Tortilla con Cotoletta al cavolfiore 99kcal, rucola e pomodorini, scopri quanto è facile rendere il tuo pranzo vegetariano gustoso ed equilibrato!

MODALITÀ DI PREPARAZIONE

1. Riscalda la tortilla

Affettare i pomodori. Riscaldare brevemente le tortillas in una padella calda.

2. Cuocere in padella la cotoletta di cavolfiore 99kcal Garden Gourmet

Cuocere le cotolette di cavolfiore secondo le istruzioni riportate sulla confezione.

3. Farcisci la Tortilla

Distribuire il formaggio spalmabile sulle tortillas e guarnire con pomodori e rucola. Condire con sale e pepe, un filo di olio d'oliva e succo di limone.

4. Impiatta e divertiti

Taglia la cotoletta calda e posizionala sopra rucola. Chiudete le tortillas e servite.

SCOPRI ALTRE RICETTE SU WWW.GARDENGOURMET.IT