

# TORTILLA CON COTOLETTA AL CAVOLFIORE 99KCAL, RUCOLA E POMODORINI

#### **INGREDIENTI**

Ψ¶ <sub>3 PORZIONI</sub>





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

200 g di pomodorini misti

3 cucchiai di olio d'oliva

3 tortillas

3 cucchiai di formaggio spalmabile

60 g di rucola

1 limone

sale e pepe

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

<u>Garden Gourmet Italy</u> > <u>Ricette</u> > <u>Tortilla con Cotoletta al cavolfiore 99kcal, rucola e pomodorini</u>