

Bifes de cerdo al Ananá Apto celíacos

Ingredientes:

Bifes de cerdo

3 unidades

Rodajas de ananá en almíbar

3 unidades

Calabacín

½ unidad

Sal y pimienta.

a gusto

Procedimiento:

Colocar los bifes de cerdo en una cavidad del MultiCocción.
En la otra cavidad colocar el calabacín previamente pelado y cortado en cubos de 1,5 centímetros aproximadamente.
Salpimentar ambas cavidades y llevar al microondas por 2 minutos.
Al finalizar abrir el MultiCocción, agregarle al cerdo las rodajas de ananá y el almíbar. Tapar cocinar 2 minutos más a potencia máxima.
Servir caliente. Espolvorear el calabacín con perejil y perfumár con un chorrito de aceite de oliva.
Utilizar ingredientes sin TACC permitidos





Phoca PDF

Phoca PDF