



Filete de Brótola con verduras multicolor Apto para celíacos

Ingredientes:

Calabaza

¼ u.

Remolacha

1 u.

Zucchini

1 u.

Filete de brótola

1 u.

Sal y pimienta

a gusto

Tomillo

a gusto

Procedimiento:

Verter agua en la base de la vaporera hasta completar 1/2 cm. de altura. Colocar la rejilla. Pelar la calabaza y cortarla en cubos de 1cm. Lavar el zucchini y cortarlo en cubos de 2 cm. Pelar la remolacha y cortarla en cubos de 1 centímetro. Condimentar el filete de ambos lados con sal, pimienta y tomillo; doblarlo al medio. Colocar todos los ingredientes sobre la rejilla y cocinar por 4 minutos a potencia máxima. Dejar reposar 3 minutos antes de destapar. Utilizar ingredientes sin TACC permitidos

