

FALSO SUSHI DE PEPINO

MAS FALSO QUE LAS MENTIRAS
DE TODOS TUS EX





FALSO SUSHI DE PEPINO

Ingredientes necesarios:

- 🥒 1 Pepino Holandés
- 🥚 1 Huevo cocido
- 🥑 1/2 Aguacate
- 🧀 50gr de Queso Crema
- 🧅 1/4 de Cebolla
- 🦐 150gr de Langostinos

Macronutrientes:

Carbohidratos	Proteínas	Grasas
11gr	34gr	20gr



FALSO SUSHI DE PEPINO

Preparación

Con la ayuda de un pela patatas cortar el pepino en láminas. Poner en un plato quitando, con un poco de papel de cocina, la humedad del pepino.

Poner el huevo cocido cortado en pedacitos junto con el queso y la cebolla cortada fina y remover formando una salsa, se puede salpimentar al gusto. Esta salsa se extiende encima de la base de pepino.

Poner los langostinos y el aguacate cortado en láminas de manera transversal.

Cuando esté todo montado se comienza a enrollar, con mucha paciencia, y listo.

Nota: se puede decorar con semillas, o ponerle un poco de salmón. Como opción se le puede añadir arroz a la base junto con la salsa ya que es una receta baja en hidratos.

FALSO SUSHI DE PEPINO

