

Tiernas hamburguesas de lentejas

Fortificadas en nutrientes con **CN PEDIÁTRICO PLUS** sin sabor
Rinde 4 hamburguesas, pensadas para dos comidas.

Ingredientes



12 medidas CN Pediatrico Plus sin sabor



1 lata de lentejas



½ cebolla



1 diente de ajo



½ zanahoria



1 pizca de sal



Pimienta a gusto



1 cda. de salsa ketchup



Cantidad necesaria de pan rallado

Procedimiento

Picar la cebolla chiquitita y saltear en una sartén con un chorrito de aceite, sal y, si se quiere, pimienta. Cuando dore, agregar el ajo pelado y picado chiquitito. Dejar que se cocine y quitar del fuego. Agregar las lentejas escurridas y pisar con tenedor o pisa papas. Incorporar la salsa ketchup y el CN Pediatrico Plus sin sabor, mezclando muy bien. Rectificar la sazón a gusto. Finalizar agregando pan rallado según nos pida la mezcla. Debe quedar firme como para armar hamburguesas.

Dividir en 4 porciones. Dar forma de hamburguesa y sellar en sartén antiadherente con apenas aceite, vuelta y vuelta. Servir al plato o al pan.

Tiernas hamburguesas de lentejas

Fortificadas en nutrientes con **CN PEDIÁTRICO PLUS** sin sabor

- 🌱 Sin lactosa
- 🌱 Nutrición completa y balanceada
- 🌱 14 vitaminas y 14 minerales

Hamburguesas de lentejas fortificadas en energía, proteínas, vitaminas y minerales

Cada Hamburguesa	Con CN	Sin CN
Energía (Kcal)	223	94
Proteínas (g)	8,7	5,2

Agregarle CN PEDIÁTRICO PLUS sin sabor a la hamburguesas de lentejas, les aumenta 2,4 veces su aporte de energía, y 68% su aporte de proteínas. A su vez, adiciona 14 vitaminas y 14 minerales.

Recetario
mixing

