

Revuelto de Sustituto de Huevo

Ingredientes:

- ½ taza de sustituto de huevo (batidores de huevo)
- ½ cucharada. aceite de oliva virgen extra
- 1 cucharadita pimienta negro
- 1 cucharadita ajo molido
- ¼ taza de pimiento morrón picado
- ¼ de taza de cebolla picada



*SOY FREE



*DAIRY FREE

Nutrition Facts	
Serving Size 1/2 cup (211g)	
Servings Per Container 1	
Amount Per Serving	
Calories 150	Calories from Fat 60
% Daily Value*	
Total Fat 7g	11%
Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 250mg	10%
Total Carbohydrate 10g	3%
Dietary Fiber 2g	8%
Sugars 5g	
Protein 13g	
Vitamin A 15%	• Vitamin C 60%
Calcium 6%	• Iron 15%
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65g 80g
Saturated Fat	Less than 20g 25g
Cholesterol	Less than 300mg 300mg
Sodium	Less than 2,400mg 2,400mg
Total Carbohydrate	300g 375g
Dietary Fiber	25g 30g
Calories per gram:	
Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4	

Direcciones:

1. Sofreír la cebolla y el ajo en un sartén a fuego medio-alto.
2. Cuando la cebolla esté suave, agregue el pimiento y cocine unos 2 minutos.
3. Reduzca el fuego a medio y vierta el sustituto de huevos. Cocine hasta que el fondo tenga fraguado, unos 2 minutos.
4. Espolvoree el pimiento. Cocine, revolviendo ocasionalmente, hasta que los huevos se hayan endurecido.