

Filete con patatas fritas



Ingredientes:

Producto	Cantidad (g)
Aceite	15
Patata	50
Filete de ternera	150

Elaboración

Pelar, cortar y salar las patatas. Calentar 40gr de aceite en un sartén. Freir las patatas. Reservar. Retirar el aceite de la sartén y limpiarla con un papel de cocina. Calentar 10gr de aceite y freir al gusto el filete. Añadir sal. Emplatar.

Alérgenos del plato

Soja y productos a base de soja

Apio y productos derivados

Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo

Dióxido de azufre y sulfitos en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro en términos de S

Altramuces y productos a base de altramuces

Información Nutricional	I.N. plato	I.N. 100g
Valor Energético kJ	2264.63	1053.32
Valor Energético kc	546.46	254.17
Grasas	46.26	21.52
-- de las cuales Ácidos grasos saturados	14.21	6.61
Hidratos de carbono	6.84	3.18
-- de los cuales Azúcares	0.00	0.00
Proteínas	25.69	11.95
Sal	0.00	0.00