



Dificultad:
Baja



Porciones:
12



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

| | |
|------------------|----------|
| Energía: | 162 Kcal |
| Proteínas: | 14.0 g |
| Grasa Total: | 3.0 g |
| Colesterol: | 38.0 mg |
| H. de Carbono: | 23.0 g |
| Fibra Dietética: | 2 g |
| Sodio: | 453 mg |

BROCHETAS DE CERDO MARINADAS CON TOMATE Y CEBOLLA

Ingredientes

700 g Pulpa de cerdo limpia de excesos de grasas

1 Cebolla lavada y pelada

3 Tomates medianos y lavados

3 Cucharadas de caldo líquido TUTOQUE® carne MAGGI®

24 Ciruelas deshidratadas sin carozo

12 Palos de brochetas

Preparación

1.- Corta el cerdo en cubos medianos y déjalos en refrigeración mientras avanzas con las verduras; para la cebolla cortas sus extremos y pártela a la mitad de manera horizontal, luego has un corte en cruz sobre cada mitad y obtendrás los cubos de cebollas. Haz lo mismo con el tomate, retira su semilla y reserva.

2.- Arma las brochetas insertando un trozo de cerdo y luego un trozo de cebolla, tomate y ciruela, continúa con un trozo de cerdo y finaliza con otra ciruela de manera que queden levemente separados.

3.- Baña o pincela las brochetas con el caldo líquido TUTOQUE® carne MAGGI® asegurando de impregnar bien. Cocínalas en grilla o parrilla caliente previamente aceitado durante 20 minutos aproximados. Voltéalas para cocerlas por todos sus lados y cocerlas completamente. Una vez listas, sírvelas de inmediato.