

Puré de verduras y pescado

- 1 filete de merluza
- 4 patatas
- 4 zanahorias
- Judías verdes
- 1 cebolla
- Aceite de oliva



Preparación

1. Hierva todo durante 20 minutos y luego tritúralo con un poquito de caldo.

Fibra: 3-5 g.*

* Valoración aproximada de aporte de fibra alimentaria.