



BISTEC 250 G SOYAMIGO

Beneficios principales:

Auxiliar en el control de enfermedades del corazon, reduccion en los sintomas de la menopausia y fortalecer el sistema inmunologico.

Libre de colesterol y bajo en grasa

Modo de uso o empleo:

En un recipiente mezclar el contenido del paquete junto con 2 vasitos (contenido en el empaque) de agua.

Revolver hasta formar una masa y amasar sobre la mesa hasta que quede uniforme. (Si gusta agregar 250 g de carne molida)

Formar 8 porciones de igual tamano, colocar entre 2 plasticos y extender con un rodillo

En otro recipiente, batir con un tenedor 2 huevos y mezclar con 1 vasito de leche, agregar sal, pimienta y medio cucharadita de consome.

Sumergir los bisteces elaborados con la mezcla, por 6 segundos

Extender el pan molido en un plato. Escurrir un poco los bisteces y colocar en el plato con el pan, presionando ligeramente.

Freir en aceite caliente de 1.52 min a fuego medio, hasta dorar.

Escurrir el exceso de aceite y servir con ensalada o papas fritas.

Ingredientes principales:

1. Soya texturizada

2. Condimentos y mezcla de harinas (maiz, trigo, avena, soya y salvado)

\$51.49MN