



VEGGIES

Pinchos de veggie burger y vegetales salteados

★★★★★ 0 comentarios

🕒 30 minutos

🍴 4 porciones

🔥 Calorías

270

🔥 Grasa

14 g

🔥 Proteína

19 g

Te enseñamos a preparar esta receta de Pinchos de Veggie Burger Pietrán para que sorprendas a tu familia e invitados con una alimentación saludable.

Ingredientes

Veggie Burger Pietrán
(1 Paquete)

1 pimentón rojo cortado en cubos de 2x2 cm apx

2 cucharadas de agua

Cilantro para decorar

2 cucharadas de Aceite de oliva

1 pimentón verde cortado en cubos de 2x2 cm apx

1 cucharada de panela orgánica

Salsa de soya

½ cebolla roja, cortada en cuartos

½ taza de piña finamente picada

Picante al gusto

Preparación

Encuentra aquí el paso a paso

Esta receta es perfecta para plato principal o snack. Acompaña los pinchos con vegetales salteados en salsa agridulce de piña y soya, y disfruta de esta combinación que te encantará y dejará a tus invitados felices.

- Partir cada una de las Veggie Burger en cuartos.
- En una sartén llevar a fuego medio la piña, el agua y la panela, cuando empiece a confitarse añadir la salsa de soya y revolver.
- En una sartén saltear en aceite de oliva la cebolla, los pimentones hasta que doren. En la misma sartén llevar la Veggie Burger ya cortada, calentar y dorar.
- Armar los pinchos intercalando los vegetales con la veggie Burger Pietrán.
- Servir en una bandeja, espolvorear con cilantro picado y acompañar con la salsa de piña.
- Opción 2: Los pinchos se podrían armar con los vegetales crudos, la Veggie Burger cortada en cuartos y llevar al asador o a una parrilla. También se podrían usar otros vegetales de su preferencia

Nuestra Veggie Burger Pietrán es a base de soya y proteína de huevo, es un producto avalado por la Fundación Colombiana del Corazón.



Recuerda acompañar este plato con alimentos que contengan carbohidratos como arroz, quinua, papa, entre otros con el fin de que te aporte los nutrientes necesarios que contribuyan a una alimentación saludable.



Compra tus productos a un clic

También puedes encontrarlos en tiendas, minimercados y autoservicios.



En Pietrán te acompañamos día a día en tu estilo de vida saludable, con diferentes alternativas que te aportan a una alimentación balanceada, y puedas disfrutar el placer de cuidarte.

[Productos](#)

[Recetas](#)

[Mi Mundo saludable](#)

[Contacto](#)