

**PAPILLA GRIEGA** 1 porción**INGREDIENTES**

- 250 gramos de yoghurt griego, Oikos, natural
- 30 gramos de amaranto tostado
- 1 cucharadita de canela [2 g]

**MÉTODO DE PREPARACIÓN**

1º mezclar en bowl y comer

**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

	POR 100 g	POR PORCIÓN [282 g]	% DDR
ENERGÍA	128 kcal	361 kcal	18 %
GRASA	3 g	9 g	14 %
GRASAS SATURADAS	1 g	4 g	18 %
COLESTEROL	4 mg	13 mg	4 %
SODIO	36 mg	101 mg	4 %
H. CARBONO	17 g	47 g	16 %
AZÚCARES	8 g	24 g	—
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	12 %
PROTEÍNA	9 g	26 g	—