



COLLATION SKYR À L'ANANAS

 5 minutes

 5 minutes

 1 portion

INGRÉDIENTS

- 1 pot moyen de skyr nature (150 g)
- 100 grammes d'ananas, pulpe, cru

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Mélangez le skyr avec l'ananas frais
- 2° Bon appétit !

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (250 g)	% AR
ÉNERGIE	54 kcal	134 kcal	7 %
PROTÉINES	6 g	16 g	31 %
GLUCIDES	7 g	16 g	6 %
SUCRES	7 g	16 g	18 %
LIPIDES	0 g	1 g	1 %
ACIDES GRAS SATURÉS	0 g	0 g	0 %
FIBRES ALIMENTAIRES	0 g	1 g	5 %
SODIUM	29 mg	71 mg	3 %