



LECHE DE COCO

 5 minutos

 10 minutos

 2.7 Tazas

INGREDIENTES

- 3 porciones de coco entero [75 g]
- 1.5 tazas de agua de coco [360 g]
- 1 taza de agua [240 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR TAZA [240 g]	% DDR
ENERGÍA	30 kcal	72 kcal	4 %
GRASA	2 g	5 g	8 %
GRASAS SATURADAS	2 g	5 g	23 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	3 mg	6 mg	0 %
H. CARBONO	3 g	7 g	2 %
AZÚCARES	0 g	0 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	0 g	1 g	-