



## ENSALADA THAI

 5 minutos 10 minutos 2 porciones

## INGREDIENTES

- 90 gramos de cacahuete
- 2 Cucharadas de vinagre de manzana [30 g]
- 2 piezas de limón [136 g], solo el jugo
- 3 cucharaditas de aceite de ajonjolí [15 g]
- 1 Cucharada de salsa de soya Kikkoman® reducida en sodio [15 g]
- 4 cucharaditas de miel [28 g]
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g]
- 2.5 cucharaditas de jengibre [5 g]
- 1/2 cucharadita de sal [3 g]
- 1/4 cucharadita de paprika [1 g]
- 1 pieza de aguacate hass [176 g], en cubos
- 3/4 taza de piña picada [124 g]
- 1/2 taza de jicama picada [60 g]
- 1 taza de germen de alfalfa cruda [33 g]
- 20 gramos de cilantro picado crudo
- 14 piezas de cacahuete [12 g]

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [376 g]	% DDR
ENERGÍA	155 kcal	582 kcal	29 %
GRASA	11 g	43 g	66 %
GRASAS SATURADAS	2 g	6 g	30 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	350 mg	1314 mg	55 %
H. CARBONO	12 g	46 g	15 %
AZÚCARES	5 g	18 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	12 %
PROTEÍNA	5 g	18 g	-