



## SMOOTHIE TROPICAL DE FRESA

 5 minutos 5 minutos 6 porciones

## INGREDIENTES

- 250 gramos de piña picada
- 200 gramos de fresas congeladas sin azúcar
- 300 gramos de leche de coco o 300 gramos de alimento líquido Silk® de coco sin azúcar
- 100 gramos de jugo de naranja natural
- 15 gramos de endulzante sin calorías
- 2 cucharadas de coco rallado (12 g)

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (146 g)	% DDR
ENERGÍA	42 kcal	62 kcal	3 %
GRASA	1 g	2 g	3 %
GRASAS SATURADAS	1 g	1 g	7 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	16 mg	23 mg	1 %
H. CARBONO	8 g	12 g	4 %
AZÚCARES	5 g	7 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	5 %
PROTEÍNA	0 g	1 g	-