



BARKS DE YOGUR CONGELADAS

 5 minutos 3 horas 15 piezas

INGREDIENTES

- 500 gramos de yogurt natural 500 gramos de yogur griego TM6 500 gramos de yoghurt griego skyr batido natural yoplait® 500 gramos de yogurt estilo griego sin grasa natural chobani®
- 50 gramos de dátil seco
- 100 gramos de almendra tostada
- 50 gramos de frambuesa
- 50 gramos de moras

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PIEZA [50 g]	% DDR
ENERGÍA	148 kcal	74 kcal	4 %
GRASA	8 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	1 g	0 g	2 %
COLESTEROL	2 mg	1 mg	0 %
SODIO	27 mg	14 mg	1 %
H. CARBONO	13 g	7 g	2 %
AZÚCARES	5 g	3 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	7 g	4 g	–