



GOLDEN MILK

 10 minutos 10 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 600 gramos de leche alpura® extra proteína baja en grasa o 600 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa ultrapasteurizada + proteína light
- 15 gramos de jengibre fresco
- 6 gramos de cúrcuma
- 1 cucharadita de canela molida [2 g]
- 3 cucharaditas de miel de abeja [21 g]
- 2 cucharaditas de aceite de coco [10 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [164 g]	% DDR
ENERGÍA	68 kcal	110 kcal	6 %
GRASA	2 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	2 g	3 g	13 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	46 mg	76 mg	3 %
H. CARBONO	7 g	12 g	4 %
AZÚCARES	4 g	7 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	5 g	8 g	-