



## HELADO DE YOGUR DE FRESA

 5 minutos 13 horas 10 porciones

## INGREDIENTES

- 30 gramos de endulzante sin calorías
- 60 gramos de dátil seco
- 180 gramos de fresa entera
- 1000 gramos de yogurt natural

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [127 g]	% DDR
ENERGÍA	78 kcal	100 kcal	5 %
GRASA	3 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
COLESTEROL	7 mg	9 mg	3 %
SODIO	63 mg	80 mg	3 %
H. CARBONO	9 g	12 g	4 %
AZÚCARES	4 g	5 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	4 g	5 g	-