



ENSALADA CON QUESO DE CABRA Y ADEREZO DE NUEZ DE LA INDIA

 10 minutos

 25 minutos

 2 porciones

INGREDIENTES

- 2 tazas de arúgula (40 g)
- 40 gramos de espinaca baby fresca
- 80 gramos de fresa fresca, en rodajas
- 80 gramos de frambuesa
- 150 gramos de queso fresco de cabra, en rodajas (5 mm)
- 20 gramos de cebolla morada rebanada
- 2 cda de granada
- 2 pizcas de pimienta negra recién molida

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [208 g]	% DDR
ENERGÍA	87 kcal	181 kcal	9 %
GRASA	2 g	5 g	7 %
GRASAS SATURADAS	–	–	–
COLESTEROL	9 mg	19 mg	6 %
SODIO	2 mg	3 mg	0 %
H. CARBONO	9 g	18 g	6 %
AZÚCARES	2 g	4 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	4 g	17 %
PROTEÍNA	9 g	20 g	–