



MAGDALENAS DE QUESO

 10 minutos 30 minutos 12 porciones

INGREDIENTES

- 100 gramos de queso parmesano
- 250 gramos de leche alpura® extra proteína baja en grasa
- 250 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa ultrapasteurizada + proteína light
- 250 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa reducida en grasa low carb
- 250 gramos de alimento líquido vegetal light birdman®
- 250 gramos de alimento líquido vegetal original birdman®
- 250 gramos de alimento líquido Ades® de soya reducido en azúcar
- 250 gramos de alimento líquido Silk® almendra sin azúcar alto en proteína
- 250 gramos de leche descremada
- 250 Tazas de lechada de coco proteína A de coco® (60000 g)
- 2 piezas de huevo entero fresco (100 g)
- 1/4 cucharadita de sal (2 g)
- 250 gramos de harina de trigo integral
- 3 Cucharaditas de polvo para hornear (15 g)
- 60 gramos de ajonjoli
- 100 gramos de semilla de girasol
- 100 gramos de mantequilla
- 4 cucharaditas de ajonjoli (10 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (634 g)	% DDR
ENERGÍA	76 kcal	482 kcal	24 %
GRASA	5 g	30 g	46 %
GRASAS SATURADAS	3 g	17 g	84 %
COLESTEROL	10 mg	60 mg	20 %
SODIO	114 mg	722 mg	30 %
H. CARBONO	5 g	29 g	10 %
AZÚCARES	1 g	6 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	3 g	10 %
PROTEÍNA	4 g	28 g	-