



## MALTEADA DE CHEESECAKE DE FRESA

 5 minutos 40 minutos 4 porciones

## INGREDIENTES

- 40 gramos de galletas tipo María ◯ 40 gramos de galletas marías
- 500 gramos de fresas congeladas sin azúcar
- 3 Cucharaditas de endulzante sin calorías (6 g), o al gusto con moderación
- 400 gramos de yogurt natural ◯ 400 gramos de yogur griego TM6 ◯ 400 gramos de yogurt estilo griego sin grasa natural chobani® ◯ 400 gramos de yoghurt griego skyr batido natural yoplait® ◯ 400 gramos de yoghurt griego natural oikos® ◯ 400 gramos de yoghurt activia® natural sin azúcar
- 150 gramos de leche alpura® extra proteína baja en grasa ◯ 150 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa ultrapasteurizada + proteína light ◯ 150 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa reducida en grasa low carb ◯ 150 gramos de alimento líquido vegetal light birdman® ◯ 150 gramos de alimento líquido vegetal original birdman® ◯ 150 gramos de alimento líquido Ades® de soya reducido en azúcar ◯ 150 gramos de alimento líquido Silk® almendra sin azúcar alto en proteína ◯ 150 gramos de leche descremada ◯ 150 gramos de lechada de coco proteína A de coco®
- 2 cucharaditas de ralladura de limón [4 g]
- 3 gramos de goma xantana

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [276 g]	% DDR
ENERGÍA	58 kcal	160 kcal	8 %
GRASA	1 g	3 g	5 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	4 %
COLESTEROL	1 mg	3 mg	1 %
SODIO	45 mg	125 mg	5 %
H. CARBONO	9 g	24 g	8 %
AZÚCARES	4 g	10 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	12 %
PROTEÍNA	3 g	10 g	–