



MERMELADA DE FRUTOS ROJOS CON CHIPOTLE

La receta de Cookidoo modificada para que sea sin azúcar añadida y baja en calorías

 5 minutos 40 minutos 79.3 Cucharaditas

INGREDIENTES

- 500 gramos de frutos rojos variados [fresas, frambuesas, zarzamoras]
- 35 gramos de chiles chipotles La costeña® adobados
- 20 gramos de endulzante sin calorías, o al gusto con moderación

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR CUCHARADITA [7 g]	% DDR
ENERGÍA	41 kcal	3 kcal	0 %
GRASA	0 g	0 g	0 %
GRASAS SATURADAS	–	–	–
COLESTEROL	–	–	–
SODIO	75 mg	5 mg	0 %
H. CARBONO	10 g	1 g	0 %
AZÚCARES	5 g	0 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	–