



NATURAL YOGHURT (MIXING BOWL METHOD)

 5 minutos 11 horas 16 porciones

INGREDIENTES

- 110 gramos de yoghurt griego natural oikos®
- 1800 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa ultrapasteurizada + proteína light o 1800 gramos de leche alpura® extra proteína baja en grasa
- 100 gramos de leche en polvo

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (126 g)	% DDR
ENERGÍA	71 kcal	89 kcal	4 %
GRASA	2 g	3 g	4 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
COLESTEROL	5 mg	6 mg	2 %
SODIO	65 mg	82 mg	3 %
H. CARBONO	6 g	8 g	3 %
AZÚCARES	2 g	2 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	-	-	-
PROTEÍNA	7 g	8 g	-