



BOMBONCITOS HELADOS DE BANANA

 10 minutos

 10 porciones

INGREDIENTES

- 100 gramos de banana [1 unidad mediana]
- 2 barritas de chocolate amargo 70% ÁGUILA [42 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cortar la banana en rodajitas.
- 2º Fundir el chocolate en el microondas durante 1 minuto y medio.
- 3º Bañar las rodajitas de banana en el chocolate e ir colocándolas en una bandejita o plato.
- 4º Llevar al freezer mínimo 2 horas.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (14 g)	% DDR
ENERGÍA	236 kcal	34 kcal	2 %
GRASA	13 g	2 g	3 %
GRASAS SATURADAS	7 g	1 g	5 %
COLESTEROL	—	—	—
SODIO	1 mg	0 mg	0 %
H. CARBONO	27 g	4 g	1 %
AZÚCARES	—	—	—
FIBRA ALIMENTARIA	3 g	0 g	1 %
PROTEÍNA	3 g	0 g	—