

ADEREZO DE CACAHUETE

 5 minutos

 5 minutos

 10 porciones

INGREDIENTES

- 1 cucharada sopera colmada de crema de cacahuete [20 g]
- 1/2 unidad mediana de lima, cruda [58 g]
- 1 cucharada de postre de jengibre [2 g]
- 2 cucharadas de postre de cúrcuma [4 g]
- 1 gramo de pimienta, negra
- 1 cucharada de postre de sal común [3 g]
- 2 cucharadas soperas de vinagre de manzana [30 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Mezclar todo en un bol hasta que quede una mezcla homogénea.
- 2º Utilizarlo para aliñar ensaladas, pokes, fajitas, etc.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR CUCHARADA SOPERA (10 g)	% DDR
ENERGÍA	153 kcal	15 kcal	1 %
PROTEÍNA	6 g	1 g	1 %
H. CARBONO	6 g	1 g	0 %
AZÚCARES	2 g	0 g	0 %
GRASA	11 g	1 g	2 %
GRASAS SATURADAS	2 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTARIA	3 g	0 g	1 %
SODIO	1235 mg	124 mg	5 %