

**KIWI CON CANELA Y NUECES *** 5 minutos 5 minutos 1 porción**INGREDIENTES**

- 1 unidad mediana de kiwi (110 g)
- 1/2 cucharada sopera de canela, en polvo (4 g)
- 20 gramos de nuez

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Pela el kiwi y trocéalo en rodajas. Colócalas en un plato o bol
- 2º Espolvorea por encima media cucharada de postre de canela y las nueces.
- 3º Ya está listo para comer y disfrutas

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (116 g)	% DDR
ENERGÍA	156 kcal	181 kcal	9 %
PROTEÍNA	3 g	4 g	8 %
H. CARBONO	12 g	14 g	5 %
AZÚCARES	—	—	—
GRASA	11 g	13 g	19 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	8 %
FIBRA ALIMENTARIA	4 g	5 g	20 %
SODIO	5 mg	5 mg	0 %