



CREMA CHANTILLY FIT

 1 porción

INGREDIENTES

- 20 gramos de proteína en polvo sabor vainilla
- 15 gramos de leche descremada
- 30 gramos de queso descremado, untable

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Mezclar los ingredientes en una taza y batir con el tenedor hasta formar una crema.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

| | POR 100 g | POR PORCIÓN (65 g) | % DDR |
|-------------------|-----------|--------------------|-------|
| ENERGÍA | 162 kcal | 105 kcal | 5 % |
| GRASA | 0 g | 0 g | 0 % |
| GRASAS SATURADAS | — | — | — |
| COLESTEROL | 0 mg | 0 mg | 0 % |
| SODIO | 61 mg | 40 mg | 2 % |
| H. CARBONO | 32 g | 21 g | 7 % |
| AZÚCARES | — | — | — |
| FIBRA ALIMENTARIA | — | — | — |
| PROTEÍNA | 7 g | 5 g | — |