



Hormigas en un tronco



Ingredientes (Porciones: 6)

- 6 tallos de apio
- 1/2 taza de mantequilla de maní (o mantequilla de girasol)
- 1/4taza de pasas (o frutas secas sin azúcar de su elección)

Direcciones

1. Cortar los tallos de apio por la mitad.
2. Unte con mantequilla de maní.
3. Espolvorear con pasas.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porciones: 6
Tamaño de la porción:
2 “troncos”

Cantidad por porcion

Calorías: 147
Grasa total: 11g
Grasa saturada: 2g
Colesterol: 0
Sodio: 113mg

Carbohidratos totales: 10g
Fibra dietética: 2g
Azúcares: 6g
(Incluye 0 azúcar añadida)
Proteína: 6g