



MERIENDA SALUDABLE CON YOGURT

Con plátano fit vainilla

INGREDIENTES:

- 1 yogurt de tu sabor preferido sin azúcar
-
- 1 cda de plátano fit vainilla
-
- 1 cda de miel de abejas
-
- ½ taza de fresa

PREPARACIÓN:

1. Colocar en la licuadora el yogurt, plátano fit vainilla y la miel, licuar por un minuto.
2. Cortar las fresas en trozos.
3. Colocar la mezcla de yogurt en una copa.
4. Decorar con trozos de fresas. ¡Y listo! Tu merienda saludable.



RINDE
1
PORCIONES



AHORA COCINAR ES + FÁCIL CON FERVA FOODS