



PAPILLA DE MANZANA Y CEREAL

Ingredientes

2 Cucharadas de NESTUM® plus avena y ciruela
 ¾ Taza de jugo de manzana natural

Preparación

1.- En un plato hondo junta el NESTUM® plus avena y ciruela con el jugo de manzana. Mezcla con una cuchara hasta obtener una mezcla de textura semi-espesa. Deja reposar 5 minutos.

2.- Una vez lista sirve de inmediato.

ES BUENO SABER...

Si utilizas las frutas ralladas estarás aprovechando todas sus propiedades, recuerda lavarlas muy bien antes de usarlas.

ES BUENO RECORDAR...

Cuando prepares esta receta, es bueno dársela de inmediato a tu hijo, ya que la manzana al oxidarse se torna oscura y cambia la apariencia de la receta.



Dificultad:
Baja



Porciones:
1



Tiempo:
5 minutos

Información Nutricional

Energía:	80 Kcal
Proteínas:	1.3 g
Grasa Total:	0.9 g
Colesterol:	0.0 mg
H. de Carbono:	18.0 g
Fibra Dietética:	1,9 g
Sodio:	27 mg