



## POSTRE DE CERELAC CINCO CEREALES

### Ingredientes

- ½ Durazno picado en cuadritos
- ¼ Taza de agua fría previamente hervida
- 1 Cucharadita rasa de miel
- 3 Cucharaditas rasas de NESTUM® CERELAC® 5 cereales

### Preparación

1.- Junta todos los ingredientes dentro de un recipiente o jarro de una licuadora o juguera, procesa a velocidad media durante 10 segundos aprox. hasta conseguir un batido de textura ligera y espumosa.

2.- Pasa la preparación por cedazo si fuese necesario, una vez lista sirve de inmediato.

### ES BUENO SABER...

La miel contiene muchas propiedades beneficiosas, su incorporación a la alimentación del bebe se recomienda a partir de los 9 meses para evitar el desarrollo de una reacción alérgica.

### ES BUENO APRENDER...

No debemos guardar la miel en el refrigerador ya que se cristaliza y pierde propiedades, debemos guardarla bien tapada en un lugar fresco y seco.



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
1



Tiempo:  
5 minutos

### Información Nutricional

Energía:	73 Kcal
Proteínas:	1.7 g
Grasa Total:	0.9 g
Colesterol:	0.0 mg
H. de Carbono:	14.9 g
Fibra Dietética:	0,8 g
Sodio:	15 mg