



Dificultad:
Baja



Porciones:
6



Tiempo:
25 minutos

Información Nutricional

Energía:	190 Kcal
Proteínas:	6.5 g
Grasa Total:	5.0 g
Colesterol:	40,8 mg
H. de Carbono:	29.4 g
Fibra Dietética:	0,6 g
Sodio:	36 mg

CREPS NATURAL ORANGE

Ingredientes

Creps

2 Taza de leche SVELTY®

1 Huevo

1 ½ Taza de harina

1 Cucharada de aceite

Salsa de Naranjas

3 Yoghurt natural

½ Taza de jugo de naranjas natural

1 Cucharadita de ralladura de naranjas

3 Cucharaditas de azúcar flor

Preparación

1.- Para los creps, junta la leche SVELTY® con el huevo, la harina y el aceite. Bate hasta homogenizar completamente. Aparte calienta una sartén y agrega una pequeña cantidad de aceite, luego vierte un poco de la mezcla y cocina por ambos lados durante unos segundos. Reserva

2.- Para la salsa junta el yoghurt natural con el jugo y la ralladura de naranjas. Agrega el azúcar y revuelve hasta juntar todo. Una vez listo dobla los creps en tres partes y baña con la salsa recién preparada. Sirve de inmediato acompañado con tu Nescafé.