Maria



POSTRES · VEGETARIANO

Helado de arándanos

4 raciones 164 kcal

Ingredientes

- **300 g** arándanos congelados
- **100 g** plátano congelado
- **100 g** queso mascarpone

POR RACIÓN

Proteínas	**1,7 g**
Grasas	**11 g**
Hidratos	**16 g**
Fibra	**2,7 g**

Elaboración

1. Procesa los ingredientes hasta conseguir una textura cremosa

RECOMENDACIONES

Puedes decorar con más arándanos por encima, moras o galletas troceadas.

Hecho con CookNest

