Dietista-nutricionista | Julia Gallego



POSTRES · VEGETARIANO

Helado de pistacho

4 raciones 432 kcal

Ingredientes

- **3** unid yogur natural griego ligero
- **8g** eritritol
- **200g** pistachos
- **2 onzas** chocolate 85%

POR RACIÓN

Proteínas	**18 g**
Grasas	**32 g**
Hidratos	**22 g**
Fibra	**7,3 g**

Elaboración

1. Mezcla el yogur griego ligero con los pistachos y un poco de eritritol
2. Tritura todo bien con la batidora
3. Añade los toppings que más te gusten
4. Lleva al congelador

Hecho con CookNest