Dietista-nutricionista | Julia Gallego



POSTRES · VEGETARIANO

McFlurry saludable con Filipinos

1 ración 345 kcal

Ingredientes

- **125 g** queso cottage
- **125 g** queso fresco batido
- Eritritol al gusto
- **2** filipinos blancos
- Nocilla saludable

POR RACIÓN

Proteínas	**27 g**
Grasas	**14 g**
Hidratos	**28 g**
Fibra	**1,6 g**

Elaboración

1. Mezclar 125 g de queso fresco batido con 125 g de queso cottage
2. Triturar junto con un poco de eritritol hasta que quede todo bien mezclado
3. Sacar del congelador cada 20 minutos y remover
4. Añadir dos filipinos blancos
5. Añadir la nocilla saludable

Hecho con CookNest