Dietista-nutricionista | Julia Gallego




PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

# Crackers de tomate, orégano y mozzarella

4 raciones  162 kcal

## Ingredientes

- **1** tomates
- Orégano
- Queso mozzarella
- Sal
- AOVE 10g
- Semillas de sésamo 30g
- **50g** de avena

POR RACIÓN

| | |
|---|---|
| Proteínas | **7,1 g** |
| Grasas | **10 g** |
| Hidratos | **12 g** |
| Fibra | **2,8 g** |

## Elaboración

1. Tritura o mezcla todos los ingredientes, incluidos los daditos de tomate, hasta conseguir una masa homogénea
2. Extiende la mezcla bien fina sobre una bandeja con papel de horno, formando una base para horno
3. Hornea hasta que quede dorada y crujiente
4. Déjala enfriar y corta en porciones

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Dietista-nutricionista | Julia Gallego
cooknest.app/@nutricion-juliaga · Instagram @nutricion.juliaga