Dietista-nutricionista | Julia Gallego



POSTRES · VEGETARIANO

Tostadas francesas

1 ración

Ingredientes

- Un par de rebanadas de pan bimbo
- Huevo
- Un chorrito de leche
- Canela

TOPPINGS

- Plátano
- Ciruelas
- Yogur natural
- Nocilla saludable hecha con proteína y leche

Elaboración

1. Mezclar todo
2. Pasar el pan por la mezcla y llevarlo directo a la sartén
3. Dar vuelta y vuelta hasta que queden doradas

TOPPINGS

4. Añadir los toppings que más te gusten

RECOMENDACIONES

Puedes poner lo que más te guste: fruta, crema de frutos secos, chocolate, yogur

Hecho con CookNest



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