The Green Fork



POSTRES · VEGÀ

Melmelada de mango de 2 ingredients

1h · 4 racions · 71 kcal

Ingredients

- **1/2** mango
- **1**-2 cullerades de llavors de chia

PER RACIÓ

Proteïnes	2 g
Greixos	4,5 g
Hidrats	11 g
Fibra	4 g

Elaboració

1. Deixar a la nevera durant 1h abans de consumir

Fet amb CookNest



Totes les receptes de The Green Fork

cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork