RECETARIO SNACK SALUDABLE

INGREDIENTES

- Avena en hojuelas
- Fruta picada con cascara previamente lavada y desinfectada
- Yogurt natural



PREPARACIÓN

En un vaso agregamos avena en hojuelas, yogurt y fruta picada al gusto y nos queda un rico, fácil y delicioso snack, el cual se puede consumir en la media mañana, media tarde o como una cena ligera.

