

Ensalada de frutas



Escanea para una receta interactiva

Sirve: 4

Prep: 15 minutos

INGREDIENTES

- 1 naranja, pelada y separada
- 1 plátano, cortado en cubos
- 1 kiwi, pelado y cortado en cubos
- 1 manzana, sin corazón y cortada en cubos
- 2 cucharadas jugo de lima
- 1/4 cucharadita de canela

PREPERACIÓN

1. Combine las frutas en un tazón mediano. Agregue el jugo de lima y mezcle.
2. Agregue la canela.
3. Refrigere hasta servir. Sirva con albahaca fresca si desea.

Notas:

- Agregue o sustituya otros tipos de fruta como piña y pera!



Información Nutricional	
<i>Porción: 1/4 de receta</i>	
Calorías	91
Grasa total	0.4 g
Grasa saturada	0.1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	3 mg
Carbohidratos	22.9 g
Fibra	3.9 g
Azúcares	15.6 g
Proteína	1.2 g

Fuente de receta:
Greater Chicago Food Depository