



Cocina al rescate de tu salud

www.chef-911.com

BROCHETAS DE JITOMATE Y QUESO

1 porción

INGREDIENTES

- 6 jitomates cherry
- ½ taza de queso panela
- ½ taza de hojas de lechuga en trozos grandes
- Palitos de brochetas
- 1/3 de taza de dip de jitomate deshidratado

PROCEDIMIENTO

1. Intercalar los ingredientes en los palitos de brochetas
2. Salpimentar y servir acompañado del dip.

CUADRO NUTRIMENTAL

	1 porción
Energía (kcal)	138
Proteínas (g)	7,3
Hidratos de Carbono (g)	10,7
Fibra (g)	2
Lípidos (g)	6,8
Colesterol (mg)	0