Aderezo Italiano Cremoso de Hierbas

Sirve: 3 porciones

Ingredientes

1/4 taza yogur (sin sabor)

1/4 taza mayonesa (sin grasa)

1/4 taza leche (sin grasa)

1/2 cucharadita condimentos italianos (secos)

1/2 clavo ajo (picado finamente)

Preparación

1. Mezcle todos los ingredientes en un tazón pequeño. Refrigere en un contenedor cubierto por lo menos 1 hora. Sirva frío.

Cornell University Cooperative Extension, Eat Smart New York!

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	**40**
Grasa total	**1 g**
Grasa saturada	0 g
Colesterol	5 mg
Sodio	**190 mg**
Total de Carbohidrato	**6 g**
Fibra dietetica	0 g
Azucares totales	5 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	**2 g**
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible