Salsa Asiática de Mantequilla de Cacahuate y Apio

Sirve: 5 porciones

Ingredientes

3 cucharadas mantequilla de cacahuate cremosa

2 cucharadas jalea de manzana

2 cucharadas leche sin grasa

1 cucharada salsa de soja (baja en sodio)

1 1/2 cucharaditas jugo de lima

10 tallos de apio (cortados en cuartos)

Preparación

1. Mezcle la mantequilla de cacahuate, la jalea de manzana, la leche y la salsa de soja en un tazón pequeño.

2. Bata hasta lograr una mezcla homogénea.

3. Almacene bien sellado en el refrigerador (nevera/hielera).

4. Sirva con apio o con otras frutas y vegetales crujientes.

University of Arkansas, Division of Agriculture, Visit Website

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	**90**
Grasa total	**5 g**
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	**220 mg**
Total de Carbohidrato	**8 g**
Fibra dietetica	2 g
Azucares totales	5 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	**3 g**
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible