

Ensalada de Pasta

Sirve: 12 Porciones

Ingredientes

3 tazas pasta, sin cocer

1/2 taza apio picado

1 pimiento mediano picado

1/2 taza zanahorias picadas

1/2 taza brécol picado

1/3 taza mayonesa

1 1/2 ajo en polvo

1/4 cucharadita pimienta negra

Preparación

1. Cocine la pasta según las direcciones del paquete.
2. Drene y coloque en un plato hondo o un molde.
3. Agregue el resto de los ingredientes y mezcle bien.
4. Deje enfriar en el refrigerador antes de servir.

University of California, Cooperative Extension Fresno County, Easy and Nutritious Family Recipes

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	160
Grasa total	5 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	45 mg
Total de Carbohidrato	23 g
Fibra dietética	1 g
Azúcares totales	2 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	4 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible