Pizza de Fruta de Trigo Integral

Makes: 24 servings

24 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Panqueques de trigo integral		24 panqueque
Crema batida para decorar		3 tazas
Mandarina enlatada, almibar bajo en grasa	24 oz	
Kiwi fresco (grosellas chinas)		3 tazas
Fresas		3 tazas enteras

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	**133**	
Total Fat	2.23 g	
Protein	3.67 g	
Carbohydrates	25.75 g	
Dietary Fiber	2.36 g	
Saturated Fat	0.35 g	
Sodium	199 mg	

Directions

1. Ponga los panqueques en una bandeja de hornear.
2. Unte cada panqueque con 1 oz de la crema batida.
3. Escurra las mandarinas. Lave los Kiwis y las fresas. Pele y corte los kiwis en rodajas. Corte las fresas.
4. Coloque 1 oz de cada fruta en cada panqueque. ¡Sea creativo!
5. Sírvalo con una espátula de panqueques.