

Avena con Albaricoque y pasas

Sirve: 2 Porciones

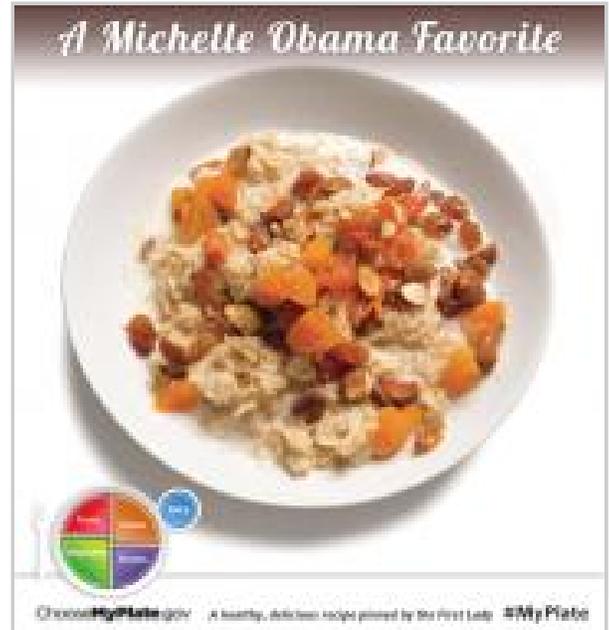
Ingredientes

- 1 **taza** avena arrollada tradicional
- 1/4 **taza** leche baja en grasa
- 2 **cucharadas** pasas doradas
- 2 **cucharadas** albaricoques secos picados
- 2 **cucharadas** almendras tostadas picadas
- 1/8 **cucharadita** nuez moscada

Preparación

1. Prepare la avena de acuerdo a las instrucciones del paquete.
2. Divídala en 2 tazones.
3. Dividiendo los ingredientes uniformemente, cubra la avena con leche, pasas, albaricoques, almendras, y nuez moscada.

A First Lady's Favorite from Real Simple



Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad	% Valor Diarios*
Calorias	291	
Grasa total	10 g	15%
Proteinas	11 g	
Carbohidrato	41 g	14%
Fibra dietetica	6 g	24%
Grasa saturada	1 g	5%
Sodio	2 mg	0%