

Salsa de Curry

Sirve: 16 porciones

Ingredientes

1 **taza** crema, sin grasa

1 **taza** yogur natural sin grasa

1 **cucharada** curry en polvo

Preparación

1. Mezcle la crema, yogur, y curry en polvo.
2. Guarde la salsa en un recipiente cubierto si no piensa consumirlo inmediatamente.
3. Mantenga en el refrigerador hasta que lo sirva.

Notas: Sirva con pedazos de verduras crudas, galletitas saladas, o pan estilo pita.

Notas

Pennsylvania Nutrition Education Program, Pennsylvania Nutrition

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	20
Grasa total	0 g
Grasa saturada	0 g
Colesterol	5 mg
Sodio	30 mg
Total de Carbohidrato	4 g
Fibra dietética	0 g
Azúcares totales	2 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	1 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	