



# Receta para

## Aderezo de Semillas de Sésamo

CANTIDADES 1

TIEMPO DE PREPARACIÓN/TIEMPO TOTAL  
Aprox. 5 min/ 10 min

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Total de Calorías 462

Grasa 32 g

Proteína 12.4 g

Carbohidratos 22 g

Fibra 5 g

### INGREDIENTES

3 cdas de semillas de sésamo crudas

1/3 taza de merceyes crudos

1 cda de jugo de limón

2 dientes de ajo fresco picado

1 cda de levadura nutricional

1 cda de mostaza

1 cda de salsa de soya baja en sodio

1/2 taza de agua

### PREPARACIÓN

Coloque todo en una licuadora de alta velocidad y licue hasta que esté suave.