



Receta para

Aderezo de Semillas de Girasol

TIEMPO DE PREPARACIÓN/TIEMPO TOTAL

Aprox. 2 min/ 5 min

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Total de Calorías 776

Grasa 64 g

Proteína 31 g

Carbohidratos 24 g

Fibra 13 g

INGREDIENTES

1/4 taza de salsa de soya baja en sodio

1/3 taza de vinagre de sidra de

manzana

1 taza de semillas de girasol

1 1/4 taza de agua

PREPARACIÓN

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