



## Truskawki z jogurtem

★★★★★(6)

5 minut

1 osoba

łatwy

### Wartości odżywcze

**58 kcal** / 1 porcję (150 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność <b>38.67 kcal</b> 1.93%	Białko <b>1.90 g</b> 3.8%	Węglowod. <b>6.87 g</b> 2.54%	Tłuszcze <b>0.93 g</b> 1.33%	Błonnik <b>1.20 g</b> 4.8%	<b>GDA</b> <b>1.93 %</b>
--	---------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------

\* wartości GDA dla diety 2000 kcal



### Składniki

- Truskawki - 100g (2/3 szklanki)
- Jogurt naturalny 2% tłuszczu - 50g (2 łyżki stołowe)



### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Truskawki umyj i obierz z szypułek. Pokrój na pół, włóż do miseczki i zalej jogurtem.

*Smacznego!*

