



## Marchewka do dipu

★★★★★ (14)

🕒 5 minut

🍴 1 osoba

👨‍🍳 łatwy

### Wartości odżywcze

**27 kcal** / 1 porcję (100 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

🔥 Kaloryczność <b>27.00 kcal</b> 1.35%	🥩 Białko <b>1.00 g</b> 2%	🍞 Węglowod. <b>8.70 g</b> 3.22%	🍷 Tłuszcze <b>0.20 g</b> 0.29%	🌾 Błonnik <b>3.60 g</b> 14.4%	<b>GDA</b> <b>1.35 %</b>
--	---------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------

### 👨‍🍳 Składniki

- Marchew - 100g

### 👨‍🍳 Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Marchew umyj i obierz, pokrój w duże słupki (tak, aby można było nabrać warzywem dip).

**KROK 2:** Przełóż do wysokiej szklanki i podawaj jako przekąskę.

\*Warzywa maczaj w swoim ulubionym dipie.

Smacznego!

