

CAFÉ AMERICANO CON LECHE DESNATADA

Proporción leche : café = 50% : 50%

 1 taza

INGREDIENTES

- 1 cucharada de postre rasa de café, en polvo, soluble [5 g]
- 1 vaso pequeño de leche, desnatada, UHT [113 g]
- 1/2 taza de agua [125 ml]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Calentar el agua y la leche en micro [2 minutos] o en cazo y luego añadir el café soluble.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR TAZA [215 g]	% DDR
ENERGÍA	21 kcal	46 kcal	2 %
PROTEÍNA	2 g	5 g	10 %
H. CARBONO	3 g	6 g	2 %
AZÚCARES	2 g	5 g	6 %
GRASA	0 g	0 g	0 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	4 %
SODIO	26 mg	55 mg	2 %