



Marchewka do dipu

★★★★★ (14)



5 minut



1 osoba



łatwy

Wartości odżywcze

27 kcal / 1 porcję (100 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie



Kaloryczność

27.00 kcal

1.35%



Białko

1.00 g

2%



Węglowod.

8.70 g

3.22%



Tłuszcze

0.20 g

0.29%



Błonnik

3.60 g

14.4%

GDA

1.35 %



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!

