

Pinchos de Fruta

Tiempo de preparación : 15 minutos

Sirve: 8 Porciones

Pruebe esta manera fácil y creativa de disfrutar su fruta favorita. Prepare y sirva estos divertidos pinchos de fruta como postre o aperitivo.

Ingredientes

- 1 1/2 tazas** rodajas de banana madura (alrededor de 16 rodajas)
- 1 1/2 tazas** cubos de sandía (alrededor de 16 cubos)
- 1 taza** gajos de mandarina (alrededor de 16 gajos)

Preparación

1. Ensarte la fruta en los pinchos, alternándolas y arreglando como usted guste.
2. Sirva de inmediato



Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad	% Valor Diarios
Calorias	84	
Grasa total	0 g	0%
Proteinas	0 g	
Carbohidrato	22 g	7%
Fibra dietetica	2 g	8%
Grasa saturada	0 g	0%
Sodio	3 mg	0%

MiPlato Grupos de Alimentos

Frutas	1 taza
--------	--------