

Salsa de Fresas

8 Porciones • 1 Porción = 2 Cucharadas



INGREDIENTES

- 3 tazas de fresas frescas o congeladas
- ½ taza de agua
- Jugo y cáscara de ½ naranja, ¼ taza de jugo aprox.
- 1 cucharada de estevia pura o 2 cucharadas de azúcar

INDICACIONES

1. Si usa fresas frescas, límpielas. Agregue las fresas, el agua, el jugo y la cáscara de naranja y la estevia o el azúcar en un caldero pequeño. Caliente a temperatura baja y cocine hasta que las fresas se separen y tengan la consistencia de una jalea, durante 20 minutos aproximadamente.

Nutrition Facts

5 servings per container
Serving size **2 Tablespoons**

Amount per serving
Calories **45**

% Daily Value*

Total Fat 0g 0%

Saturated Fat 0g 0%

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg 0%

Sodium 0mg 0%

Total Carbohydrate 12g 4%

Dietary Fiber 2g 7%

Total Sugars 9g

Includes 4g Added Sugars 8%

Protein 1g

Vitamin D 0mcg 0%

Calcium 16mg 2%

Iron 0mg 0%

Potassium 164mg 4%

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a

serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a

day is used for general nutrition advice.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

