

Mezcla de Especies Españolas

4 Porciones • 1 Porción = 1 cucharada



INGREDIENTES

- ½ cucharada de tomillo
- 1 cucharada de comino molido
- 1 cucharada de paprika
- ½ cucharada de hojuelas de chile rojo
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharada de perejil
- ½ cucharadita de pimienta negra recién molida

INDICACIONES

1. Combine todos los ingredientes en un tazón pequeño. Mezcle bien para combinar los ingredientes.

Nutrition Facts

4 servings per container
Serving size 1 Tablespoon

Amount per serving
Calories 15

	% Daily Value*
Total Fat 0.5g	1%
Saturated Fat 0g	0%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 5mg	0%
Total Carbohydrate 2g	1%
Dietary Fiber 2g	7%
Total Sugars 0g	
Includes 0g Added Sugars	0%
Protein 1g	
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 28mg	2%
Iron 1mg	6%
Potassium 70mg	2%

*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

