



Salsa del sudoeste

Porciones: 6 | Tiempo de preparación: 10 minutos. |
Tiempo total: 10 minutos, más 1-2 horas para enfriar

Equipamiento:

Tazón mediano

Utensilios:

Cuchara

Taza medidora

Ingredientes

1 taza de crema agria liviana

1 taza de yogur natural con bajo contenido de grasa

1 taza de salsa mexicana

6 tazas de verduras para comer con la salsa, picadas

Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios y las frutas y verduras.
2. Mezcle la crema agria, el yogur y la salsa mexicana en un tazón mediano hasta que estén bien integrados.
3. Guarde la salsa en un recipiente con tapa en el refrigerador hasta que esté listo para servir.

Información nutricional:

Calorías 130 Grasas totales 0.5 g Sodio 500 mg Carbohidratos totales 26 g
Proteína 6 g