



# Salsa del sudoeste

Porciones: 6 | Tiempo de preparación: 10 minutos. |

Tiempo total: 10 minutos; 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

## Información nutricional:

Calorías 130

Grasas totales 0.5 g

Sodio 500 mg

Carbohidratos totales 26 g

Proteína 6 g

## 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.