



ABUELA MAMA Y YO

FORTALECIENDO LA SALUD DE TRES GENERACIONES

Fresas "Sin" Crema

Ingredientes para 4 porciones:

- 10 (250g) fresas picadas
- 1 taza de castañas (cashews)
- ½ cucharada de vainilla
- 4 cucharadas de azúcar
- ½ limo (para el jugo)
- ¾ taza de leche de almendra



Fresas "sin" crema

Preparación:

12 horas antes: Remojar las castañas en agua al tiempo.

1. Colar las castañas y ponerlas en licuadora con la leche de almendras, el limón y el azúcar.
2. Licuar hasta que parezca crema. Poner la crema en el refrigerador por 20 minutos.
3. Corte las fresas en cuadros y mezcle con la vainilla y la crema.

Las fresas están en temporada durante la primavera. Aproveche esta deliciosa fruta.



PARA MÁS INFORMACIÓN VISITA WWW.FAMILIAENACCION.ORG



[FACEBOOK.COM/FAMILIAENACCION](https://www.facebook.com/familiaenaccion)



[@FAMILIAENACCION](https://www.instagram.com/familiaenaccion)

