

Hot cake de avena



1 porción



15 minutos



Desayuno / cena

INGREDIENTES

- 1 huevo
- 3 cucharadas de avena integral
- 1 cucharada de miel

PREPARACIÓN

- Batir los ingredientes y verterlos en una sartén pequeña rociada con spray vegetal a fuego mínimo
- Aguardar unos minutos y voltear
- Se puede disfrutar con variedad de frutas



Para un diagnóstico correcto de la hipercolesterolemia, consulte a su médico.



#ElColesterolNoAvisa



Unirme a
ALERTA COLESTEROL

