

# 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**



PACCO  
PACIENTES DE CORAZÓN

**AMGEN**