


Arándanos Glaseados




@NUTRICIONISTAGLORIACONTRERAS
@NATUYENUTRICION






Un aperitivo
fácil, divertido
y sano que le
encantará a
todos!





Disfruta de estas delicias
especiales con tu familia y
tus amigos!



A decorative border in shades of red and orange surrounds the central text. It features various floral motifs, including large flowers, smaller blossoms, and leafy branches.

Para más información sobre
recetas sanas y consejos
saludables sígueme!

@nutricionistagloriacontreras

@natuyenutricion





1 cda. miel



**1 cda. agar o
gelatina**



1 cda. agua



**3 tazas arándanos
rojos deshidratados**



**1 cda. extracto de
vainilla**

Arándanos

Glaseados



**1/4 taza yogur
griego natural**



Pizca de sal



@NUTRICIONISTAGLORIACONTRERAS

@NATUYENUTRICION