

Pasta de iogurte da Ana Carolina

Opção para maionese

2 colheres de sobremesa de iogurte natural + 1 colher café de mostarda escura marrom + 2 gotas de pimenta tabasco + cheiro verde in natura á vontade

Mistura com colher serve bem até 4 fatias de pão

Pode fazer para até 3 dias e conservar em geladeira

Dica: uma boa opção é caprichar na salsinha fonte de muita vitamina C



☎ 41 3243-3021
☎ 41 9928-0645
✉ twitter@saudeeprazer
✉ saudeeprazer@hotmail.com
✉ @nutricionista@saudeeprazer.com.br
🌐 www.saudeeprazer.com.br