

## Aderezo Cremoso de Ajo y Tahini

### Ingredientes:

Porciones: 11

- ½ cucharadita aceite de oliva virgen extra
- 3-4 dientes de ajo fresco, picados
- 1/3 taza de tahini (pasta de semillas de sésamo)
- 1/4 taza de agua
- 3 cucharadas jugo de limon
- 1 cucharada. eneldo fresco picado
- 1 cucharada. salsa de soja baja en sodio
- 2 cucharaditas miel
- ½ taza de tofu suave y sedoso o yogur natural sin grasa



### Nutrition Facts

|                              |                       |
|------------------------------|-----------------------|
| 11 servings per container    |                       |
| <b>Serving size</b>          | <b>2 tbsp (31g)</b>   |
| <b>Amount per serving</b>    |                       |
| <b>Calories</b>              | <b>50</b>             |
|                              | <b>% Daily Value*</b> |
| <b>Total Fat</b> 4g          | <b>5%</b>             |
| Saturated Fat 0.5g           | <b>3%</b>             |
| Trans Fat 0g                 |                       |
| <b>Cholesterol</b> 0mg       | <b>0%</b>             |
| <b>Sodium</b> 45mg           | <b>2%</b>             |
| <b>Total Carbohydrate</b> 4g | <b>1%</b>             |
| Dietary Fiber 0g             | <b>0%</b>             |
| Total Sugars 2g              |                       |
| Includes 1g Added Sugars     | <b>2%</b>             |
| <b>Protein</b> 2g            |                       |
| Vitamin D 0mcg               | 0%                    |
| Calcium 26mg                 | 2%                    |
| Iron 0mg                     | 0%                    |
| Potassium 46mg               | 0%                    |

\*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.



### Instrucciones:

1. Saltee el ajo en aceite de oliva hasta que esté tierno.
2. En la licuadora, combine todos los ingredientes y mezcle hasta que esté suave.
3. Refrigere hasta el momento de servir.
4. Rinde aproximadamente 1 1/3 tazas, 11 porciones. Tamaño de porción: 2 cucharadas.