

Sandwich De Queso Con Carita de Gato

Ingredientes:

2 rebanadas de pan integral
 ¼ taza de queso cheddar vegano, rallado
 ½ oz espinaca (aproximadamente 10 hojas)
 ½ taza de vegetales mixtos (pepino, zanahoria, olivas, pimenton rojo)



Porciones: 1

Instrucciones:

Corte finamente la espinaca y mezcle con el queso cheddar.

Ponga la mezcla de espinaca y queso en el pan y ase el sandwich en la estufa hasta que el queso este derretido.

Corte los vegetales como se muestra en la figura. Diviertase recreando la carita del gato en el sandwich.



Nutrition Facts

1 servings per container
Serving size 1 sandwich

Amount per serving
Calories 230

% Daily Value*

Total Fat 7g 9%

Saturated Fat 2g 10%

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg 0%

Sodium 480mg 21%

Total Carbohydrate 35g 13%

Dietary Fiber 6g 21%

Total Sugars 5g

Includes 2g Added Sugars 4%

Protein 9g

Vitamin D 0mcg 0%

Calcium 137mg 10%

Iron 2mg 10%

Potassium 35mg 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.