



Морквяні палички з хумусом

Всього: 5 хв · Підготовка: 5 хв · 1 порцій · Легко · Снеки

Вегетаріанське

Веганське

Без глютену

Без молочних продуктів

ІНГРЕДІЄНТИ

100 г Морква свіжа

30 г Хумус

за смаком Спеції

ІНСТРУКЦІЇ

- 1 Очистіть моркву та наріжте її у вигляді картоплі-фрі.
- 2 Змішайте хумус з обраними спеціями до однорідності.
- 3 Вмочуйте моркву у хумус та смакуйте.

Харчова цінність на порцію: 99 ккал · Білки **2.0 g** · Жири **3.0 g** · Вуглеводи **16.0 g** · Клітковина **4.6 g**