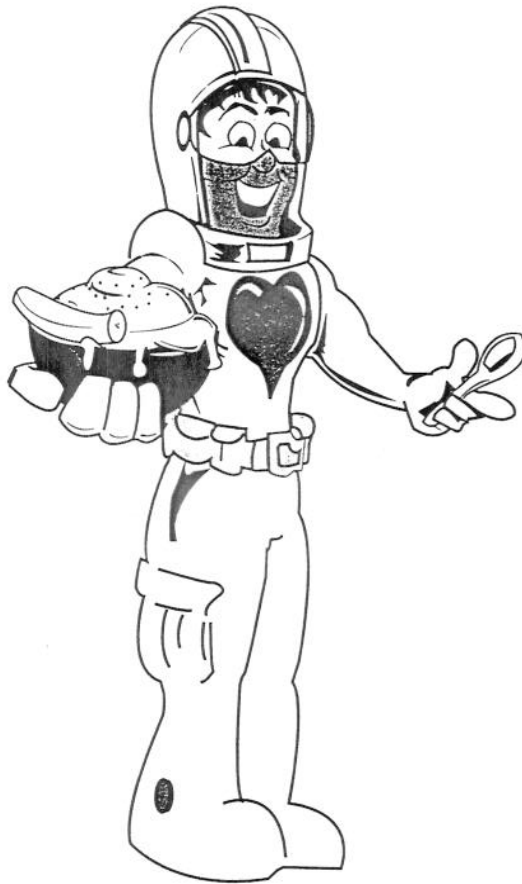


GOLOSINA ESTELAR DE CORAZONTE



Ingredientes:

- 1/3 taza de yogurt con sabor,
bajo en grasa
- 1/2 galleta "graham"
- 1/4 plátano

Instrucciones:

- Medir el yogurt en una taza.
- Agitar bien.
- Partir la galleta "graham" en pedazos pequeños y ponerla sobre el yogurt.
- Pelar y rebanar el plátano y ponerlo sobre todo.

Rinde 1 porción

Me pareció que la Golosina Estelar de Corazónte tenía un sabor _____

Esta receta es un bocadillo sano para el corazón porque _____
