

## Ants on a Log

6 Servings

### Ingredients

6 **celery stalks**

½ cup **peanut butter**

¼ cup **raisins** (or unsweetened dried fruit of choice)



### **Nutrition Information**

Serving Size: 2 logs

Calories: 160

Total Fat: 11g

Saturated Fat: 2g

Protein: 5g

Sodium: 125mg

Carbohydrates: 11g

Added Sugar: 1g

Fiber: 2g

### Instructions

1. Cut the celery stalks in half.
2. Spread with peanut butter.
3. Sprinkle with raisins.

## HORMIGAS EN UN TRONCO

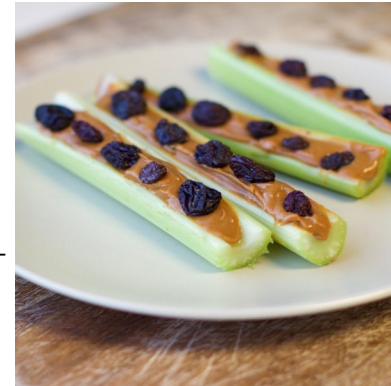
6 Porciones

### Ingredientes

5 tallos de **apio**

1/2 taza de **mantequilla de maní** (o mantequilla de girasol)

1/4 taza de **pasas**



### **Información Nutricional**

Tamaño de Porción: 2 troncos

Calorías: 160

Grasa Total: 11g

Grasa Saturada: 2g

Proteína: 5g

Sodio: 125mg

Carbohidratos: 11g

Azúcar Agregado: 1g

Fibra: 2g

### Preparación

1. Cortar los tallos de apio en medio
2. Corre con mantequilla de maní
3. Espolvorear con Pasas