

Strawberry S'mores

1 Serving

Ingredients

- 2 strawberries
- 1 graham cracker
- 2 Tbs yogurt, low-fat vanilla



Nutrition Information

Serving Size: whole recipe

Calories: 90
Total Fat: 2g
Saturated Fat: 0g
Protein: 3g
Sodium: 85mg
Carbohydrates: 17g
Fiber: 0g

Instructions

1. Rinse and slice strawberries.
2. Break graham cracker in half and add the yogurt and strawberries to ½ of graham cracker.
3. Top with the other ½ of graham cracker.

Notes

- Substitute any desired low-fat yogurt flavor.
- Try other fruits like blueberries, bananas, etc.

S'mores de Fresa

1 Porción

Ingredientes

- 2 fresas
- 1 galleta graham cracker
- 2 cucharadas de yogurt de vainilla, bajo en grasa



Información Nutricional

Tamaño de Porción: Todo la receta

Calorías: 90
Grasa Total: 2g
Grasa Saturada: 0g
Proteína: 3g
Sodio: 85mg
Carbohidratos: 17g
Fibra: 0g

Preparación

1. Lave y parta las fresas en tajadas.
2. Parta la galleta a la mitad. Agregue el yogurt y las fresas a una de las mitades de la galleta.
3. Cubra con la otra mitad de la galleta.

Notas

- Sustituye cualquier sabor de yogurt bajo en grasa deseado.
- Prueba otras frutas como arándanos, plátanos, etc.