

Alternativa al queso parmesano

 Total:
00:10h

 Elaboración:
00:10h

**Para 1
ración:**

264,0
kcal

4,3gr
HC

13,3gr
proteína

19,6gr
grasa

8,7gr
fibra



Ingredientes para 4:

 50 gramos de levadura de cerveza

 75 almendras (150 gr.)

 1 pizca de sal (0.4 gr.)

Equivalentes por 10gr de
macronutrientes por persona:

0.5 HC

1 proteína

2 grasa



Poner todos los ingredientes en la picadora, hasta que quede reducido a un polvo fino.
Conservar en el frigorífico y utilizarlo del mismo modo que el parmesano.

Autor/a:

Cristina  @nutriciondigestiva_