



## Warzywa do dipu

★★★★★ (5)

🕒 10 minut

🍴 1 osoba

👨‍🍳 łatwy

### Wartości odżywcze

**47 kcal** / 1 porcję (200 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

🔥 Kaloryczność <b>23.30 kcal</b> 1.17%	🥩 Białko <b>1.06 g</b> 2.12%	🏠 Węglowod. <b>5.91 g</b> 2.19%	🐟 Tłuszcze <b>0.32 g</b> 0.46%	🌾 Błonnik <b>1.87 g</b> 7.48%	<b>GDA</b> <b>1.17%</b>
--	------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------



### Składniki

- Marchew - 40g
- Ogórek szklamiowy - 60g
- Papryka czerwona - 100g (½ sztuki)



### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Marchew i ogórka umyj i obierz, pokrój w duże słupki (tak, aby można było nabrać warzywem dip). Paprykę umyj i pokrój w grube paski.

\*Warzywa maczaj w swoim ulubionym dipie.

Smacznego!

