

Kanapki z sałaty

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 5 minut

Liczba porcji: 1

Przygotowanie :

1. Wybierz jędrne i sztywne liście sałaty – najlepsza będzie sałata rzymska.
 2. Wypłucz sałatę pod bieżącą wodą i użyj jako zamiennika dla chleba. Użyj ulubionych dodatków do przygotowania kanapek.
-

Wskazówki :

1 porcja: 174,4 kcal

Charakterystyka dania: bez glutenu, bez laktozy, low carb, niski indeks glikemiczny (<IG) niski ładunek glikemiczny (<ŁG), wysokobiałkowe (>B)