

INGREDIENTS

- Mató, o encara millor, formatge fresc
- Mel o sucre
- Aigua de roses o aigua de flor de taronger (aiguanaf)

ELABORACIÓ

1. Piqueu en un morter el mató o el formatge juntament am el sucre.
Si voleu, podeu posar-hi mel en comptes de sucre.
2. Deixateu-ho amb una mica d'aigua de roses o aigua de flor de taronger.

OBSERVACIONES

NOTES:

www.alicia.cat

Aquesta i moltes més receptes saludables!

LA PIRÀMIDE ALÍCIA DE L'ALIMENTACIÓ SALUDABLE

