

Granissat de fruita casolà (apte per a diabetis tipus 1 i 2)

INGREDIENTS (1 pax.)

- Maduixes o llimones (600g = 8 racions d'hidrats de carboni)
- 500g de gel

ELABORACIÓ

- Peleu, si es necessari, la fruita que escolliu i tritureu-la
- Tritureu el gel conjuntament amb la fruita

1 got de granissat casolà (250 ml) = 2 – 3 racions d'hidrats de carboni

