

# Granizado de fruta artesano (apto para diabetes tipo 1 y 2)

## INGREDIENTES (1 pax.)

- Fresas o limones (600g = 8 raciones de hidratos de carbono)
- 500g de hielo

## ELABORACIÓN

- Pelad, si es necesario, la fruta que escojáis y trituradla
- Triturad el hielo conjuntamente con la fruta

1 vaso de granizado artesano (250 ml) =  
2 – 3 raciones de hidratos de carbono

