Yguá
#RetoMoringa2020

Nombre y apellido: País:	Teléfono de contacto: Email:
Nombre de **la receta:**	¿Para **cuántas personas** es tu receta?
¿Qué **grado de dificultad** asignas a tu receta? (Baja-Media-Alta)	**Tiempo** Total de preparación:

Ingredientes	**Cantidad** Gramos (g) / Unidades (uds.)	*** Valor nutricional** Alto (A) Medio (M) Bajo (B)
… Más ingredientes …. Puedes continuar la tabla lo que precises…		

- Puedes calificar el valor nutricional en Alto, Medio o Bajo de cada uno de los ingredientes.

Recuerda … adjuntar una FOTO o/y un VIDEO o/y un DIBUJO de la receta

Describe los **pasos** claros y concisos y si falta espacio continua en otra página de la misma forma:

Más Información que quieras dar relacionada:
(Sin gluten, Apto para diabéticos, Vegetariana, Vegana, Sin azúcar, ingredientes orgánicos...)

¿Algún **comentario adicional**? … A disfrutar de la composición.