



JAMONES

# Waffles con jamón y frutas

★★★★★ 0 comentarios

🕒 20 minutos

🍴 4 porciones

🔥 Calorías  
**324**

🔥 Grasa  
**12 g**

🔥 Proteína  
**13 g**

Lo más importante del día es comenzar bien, y la mejor forma de hacerlo es con una comida saludable para todo lo que viene. Esta receta te va a gustar.

## Ingredientes



[Jamón Pietrán de Cerdo](#)



[Jamón Pietrán de Pavo](#)



2 tazas de fresas dulces (200g)



1 taza de mango dulce en cuadritos (100g)



2 kiwis pelados y cortados en triángulo (120g)



1 taza de frambuesas (80g)



Miel al gusto y hojas de menta para decorar

## Preparación

Encuentra aquí el paso a paso

- Calienta los waffles y sirve con las frutas y el Jamón Pietrán.
- Pon las hojas de menta de forma decorativa y agrega miel al gusto.  
Esta nutritiva receta es ideal para los más pequeños de tu hogar. Si quieres aprender otras preparaciones de desayunos para niños haz clic aquí (<https://www.chocolisto.com/categoria-blog/recetas/desayunos-para-ninos>)



**Compra tus productos a un clic**



También puedes encontrarlos en tiendas, minimercados y autoservicios.



En Pietrán te acompañamos día a día en tu estilo de vida saludable, con diferentes alternativas que te aportan a una alimentación balanceada, y puedas disfrutar el placer de cuidarte.

[Productos](#)

[Recetas](#)

[Mi Mundo saludable](#)

[Contacto](#)