

1 TAZA DE HARINA DE TRIGO EQUIVALE A



1 tza de harina
de AVENA



1 tza de harina
de ALMENDRA



1/3 tza de harina de
COCO (*+ el doble de
huevo y agua*)



1 tza de harina
de ARROZ



1 tza de harina
de AMARANTO



1/2 tza de
MAICENA