



### SORVETE DE ABACAXI - FGNUTRI

Sorvete feito com frutas e Bebida Vegetal

10 minutos

4 horas

6 porções

## INGREDIENTES

- 6 fatias médias de abacaxi cru [450 g]
- 4 unidades pequenas de morango cru [28 g]
- 160 ml de bebida à Base de Aveia ou 160 gramas de leite de coco

## MÉTODO DE PREPARO

- 1º Após congelar as frutas cortadas, bater em um processador com a bebida vegetal até virar uma mistura bem homogênea e cremosa.
- 2º Levar ao congelador para guardar
- 3º Retirar do congelador 10 minutos antes de comer

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (106 g)	% DDR
ENERGIA	67 kcal	71 kcal	4 %
CARBOIDRATOS	11 g	11 g	4 %
PROTEÍNA	1 g	1 g	1 %
GORDURA	3 g	3 g	6 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	2 g	11 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	4 %
SÓDIO	6 mg	6 mg	0 %