

**BOLACHAS DE ARROZ COM COBERTURA DE AMENDOIM E CHOCOLATE** 15 minutos**INGREDIENTES**

- 5 bolachas de bolachas de arroz (44 g) **ou** 2 colheres de sopa de manteiga de amendoim cremosa (32 g)
- 1 dose de amendoins Torrados Prozis (30 g)
- 3 quadrados de chocolate negro [aproximadamente 70% cacau] (18 g)
- 2 gramas de flôr de sal marinho

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

1. Barrar as bolachas com manteiga de amendoim, passar por amendoim e colocar a cobertura com chocolate. 2. Colocar pedra de sal. Depois de prontos colocar no congelador até o chocolate solidificar

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DR
ENERGIA	522 kcal	26 %
PROTEÍNA	17 g	34 %
H. CARBONO	37 g	14 %
AÇÚCARES	13 g	14 %
GORDURA	36 g	52 %
GORDURAS SATURADAS	9 g	43 %
FIBRA ALIMENTAR	4 g	15 %
SÓDIO	939 mg	39 %