

PÃO DE QUEIJO DE FRIGIDEIRA

3 porções

INGREDIENTES

- 30 gramas de tapioca de goma
- 60 gramas de mussarela
- 1 colher de sopa rasa de requeijão light (15 g)

MÉTODO DE PREPARO

1º junta td airfrye 10 mineee

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (35 g)	% DDR
ENERGIA	311 kcal	109 kcal	5 %
CARBOIDRATOS	26 g	9 g	3 %
PROTEÍNA	14 g	5 g	7 %
GORDURA	17 g	6 g	11 %
GORDURAS SATURADAS	10 g	4 g	17 %
FIBRA ALIMENTAR	—	—	—
SÓDIO	280 mg	98 mg	4 %