

**PIZZA DE PÃO SÍRIO** 1 porção**INGREDIENTES**

- 1 unidade grande de pão, sírio, trigo integral (64 g)
- 2 fatias médias de queijo mozzarella (40 g)
- 1 colher de sopa de molho de tomate (20 g)
- 5 gramas de orégano
- 4 fatias médias de tomate (60 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Passe o molho de tomate em todo o pão
- 2º Coloque as fatias de queijo, o tomate e o orégano
- 3º Leve para a frigideira ou airfryer até o queijo dourar e derreter

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (189 g)	% DDR
ENERGIA	175 kcal	331 kcal	17 %
CARBOIDRATOS	23 g	44 g	15 %
PROTEÍNA	9 g	17 g	22 %
GORDURA	6 g	12 g	22 %
GORDURAS SATURADAS	3 g	6 g	27 %
FIBRA ALIMENTAR	4 g	7 g	28 %
SÓDIO	323 mg	611 mg	25 %