

PÃO DE QUEIJO FAKE

 5 horas
 2 porções

INGREDIENTES

- 30 gramas de farinha de tapioca
- 1 unidade de ovo de galinha (45 g)
- 1 fatia media de queijo muzarella (20 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º esfarela todos os ingredientes
- 2º coloca o ovo e mexe até dar liga
- 3º faz os bolinhos (menores possível)
- 4º coloca na air fryer por 10 minutos a 220 graus ou até dourar.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (45 g)	% DDR
ENERGIA	250 kcal	113 kcal	6 %
CARBOIDRATOS	28 g	13 g	4 %
PROTEÍNA	11 g	5 g	6 %
GORDURA	10 g	5 g	8 %
GORDURAS SATURADAS	5 g	2 g	10 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	148 mg	67 mg	3 %