

BISCOITO DE CACAU COM AVEIA (SEM AÇÚCAR)

 4.8 porções

INGREDIENTES

- 1 xícara de aveia em flocos finos (80g)
- 1 unidade de ovo de galinha (45 g)
- 1 colher de sopa de cacau, pó seco, sem adoçante (10g)
- 1 colher de sopa de óleo de coco (10g)
- 1 colher de chá de fermento químico em pó (3g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misture, modele e asse a 180°C por 18-20 minutos.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (30 g)	% DDR
ENERGIA	339 kcal	102 kcal	5 %
CARBOIDRATOS	43 g	13 g	4 %
PROTEÍNA	14 g	4 g	6 %
Gordura	14 g	4 g	8 %
GORDURAS SATURADAS	8 g	2 g	11 %
FIBRA ALIMENTAR	8 g	2 g	10 %
SÓDIO	249 mg	75 mg	3 %