

TORTITA DE LIMÓN O NARANJA

Esponjosa y low carb

 15 minutos 1 porción

INGREDIENTES

- 2 unidades grandes de huevo de gallina, clara, cruda (86 g)
- 2 cucharadas de leche en polvo (16 g)
- 2 cucharaditas de azúcar blanca (8 g)
- 1 cucharadita de ralladura de limón (2 g)  1 cucharadita de ralladura de naranja (2 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Integrar todos los ingredientes y cocinar en un sartén con rocío vegetal o aceite.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (112 g)	% DDR
ENERGÍA	136 kcal	153 kcal	8 %
GRASA	4 g	4 g	7 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
COLESTEROL	14 mg	16 mg	5 %
SODIO	176 mg	197 mg	8 %
H. CARBONO	14 g	15 g	5 %
AZÚCARES	8 g	9 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	12 g	13 g	–