

CUADRADITOS DE ZANAHORIA

sin gluten

 6 porciones

INGREDIENTES

- 170 gramos de premezcla [Dimax]
- 1 cucharada de polvo para hornear Royal [5 g]
- 2 unidades grandes de zanahoria, cruda [260 g]
- 3 unidades de huevo de gallina [150 g]
- 6 cucharaditas de azúcar mascabado [30 g]
- 3 cucharadas soperas de aceite de girasol [27 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Licuar o mixear todos los ingredientes menos el polvo para hornear y la premezcla.
- 2º Licuar o mixear todos los ingredientes menos el polvo para hornear y la premezcla.
- 3º En un bowl colocar la premezcla y el polvo para hornear. Mezclarlos.
- 4º En un bowl colocar la premezcla y el polvo para hornear. Mezclarlos.
- 5º Agregar en este bowl la mezcla anterior licuada e integrar todo muy bien. Colocar en una placa aceitada y cocinar en horno 30 min aprox. a fuego medio.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [97 g]	% DDR
ENERGÍA	209 kcal	202 kcal	10 %
GRASA	7 g	7 g	11 %
GRASAS SATURADAS	1 g	0 g	2 %
COLESTEROL	104 mg	100 mg	33 %
SODIO	135 mg	131 mg	5 %
H. CARBONO	32 g	31 g	10 %
AZÚCARES	5 g	5 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	5 %
PROTEÍNA	4 g	4 g	-