



## BUDIN DE BANANA SIN TACC

Receta sin gluten, sin lactosa. Ideal para porcionar y tener congelado.

 10 minutos 50 minutos 12 rodajas

## INGREDIENTES

- 2 unidades de huevo de gallina [100 g]
- 100 gramos de aceite de girasol
- 50 gramos de azúcar blanca
- 1 taza de premezcla [Dimax] [150 g]
- 2 unidades medianas de banana [300 g]
- 1 cucharada de polvo para hornear Royal [5 g]

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º En un recipiente mezclar los huevos con banana pisada, el azúcar y el aceite. Integrar bien.
- 2º A esta mezcla agregar la premezcla y el polvo para hornear. Integrar bien.
- 3º Colocar en budinera aceitada y enharinada y cocinar en horno a 180° por 30 - 40 min

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR RODAJA [55 g]	% DDR
ENERGÍA	301 kcal	164 kcal	8 %
GRASA	17 g	9 g	14 %
GRASAS SATURADAS	2 g	1 g	4 %
COLESTEROL	61 mg	33 mg	11 %
SODIO	86 mg	47 mg	2 %
H. CARBONO	36 g	20 g	7 %
AZÚCARES	8 g	4 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	3 g	2 g	-