

CAPPUCCINO AFRODISÍACO



Cardamomo, pimenta caiena e canela, além de contribuírem para que seu corpo gaste mais calorias e desinflame, são especiarias afrodisíacas que contribuem para o aumento do desejo sexual e do prazer, além de melhorar a lubrificação vaginal. Não deixe de incluí-los e gozar a vida!

 10 porções

INGREDIENTES

- 380 gramas de leite em pó desnatado
- 50 gramas de café solúvel
- 1 colher de sopa de canela em pó [8 g]
- 1 colher de chá de fermento, bicarbonato de sódio [5 g]
- 8 colheres de sopa de cacau 70% [50g]
- 1 colher de chá de pimenta caiena em pó [2g]
- 1 colher de chá de cardamomo em pó [2g]

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture todos os ingredientes até formar uma mistura homogênea.

2º Use 2 colheres de sobremesa para 1 xícara de água fervente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [50 g]	% DDR
ENERGIA	317 kcal	157 kcal	8 %
CARBOIDRATOS	43 g	21 g	7 %
PROTEÍNA	29 g	14 g	19 %
GORDURA	3 g	1 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	1 g	4 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	1 g	5 %
SÓDIO	679 mg	337 mg	14 %