

**MOLHO DE TAHINE PARA A SALADA** 5.3 colheres de sopa**INGREDIENTES**

- 1 colher de sopa de Pasta de Tahine (10g)
- 1 unidade de limão (93 g)
- 1 pitada de sal
- 1 colher de chá de Mostarda (5g)
- 1 colher de café de mel de abelha (2 g)

MÉTODO DE PREPARO

1º Bata todos os ingrediente com um garfo e acrescente água o quanto basta para formar um molho cremoso;

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COLHER DE SOPA (14 g)	% DDR
ENERGIA	78 kcal	11 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	5 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	2 g	0 g	0 %
GORDURA	5 g	1 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	0 g	1 %
SÓDIO	1 mg	0 mg	0 %