



## UVA COM CHOCOLATE 70%

Receita fácil e saudável

 30 porções

### INGREDIENTES

- 100 gramas de chocolate meio amargo
- 1 cacho grande de uva Rubi crua [560 g]
- 2 colheres de sopa cheias de leite em pó desnatado [20 g]

### MÉTODO DE PREPARO

- 1º Muito simples, primeiro higienize e seque as uvas, depois congele por no mínimo 4 horas. Tá pronta e fica uma delícia. Para o banho de chocolate, derreta um pedaço de chocolate 70% no micro-ondas e coloque 2 colheres de sopa de leite, banhe as uvas e leve novamente para o freezer.

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [23 g]	% DDR
ENERGIA	121 kcal	27 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	21 g	5 g	2 %
PROTEÍNA	2 g	1 g	1 %
GORDURA	5 g	1 g	2 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	24 mg	5 mg	0 %