

BROWNIE DE LARANJA - NUTRICRISSANTINI

 50 minutos 6 porções

INGREDIENTES

- 20 colheres de chá de adoçante Xilitol (60 g)
- 50 gramas de manteiga, sem sal
- 2 colheres de sopa cheias de farinha de aveia (36 g)
- 100 gramas de chocolate meio amargo
- 2 unidades de ovo de galinha (90 g)
- 1/2 colher de chá de extrato de baunilha (2 g)
- 1 colher de sopa de cacau cru (15 g)
- 1/2 colher de sopa de fermento químico em pó (5 g)
- 80 gramas de suco de laranja

MÉTODO DE PREPARO

- 1º 1 pitada de sal Raspas de 1 laranja.
- 2º Derreter o chocolate com a manteiga. Bater os ovos com o adoçante, misturar ambos e adicionar o restante dos ingredientes. Dispor em forma (forma de pão) untada ou coberta com papel manteiga. Assar em forno pré-aquecido a 180°C por aproximadamente 30 minutos.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (71 g)	% DDR
ENERGIA	323 kcal	231 kcal	12 %
CARBOIDRATOS	24 g	17 g	6 %
PROTEÍNA	18 g	13 g	17 %
GORDURA	19 g	14 g	25 %
GORDURAS SATURADAS	10 g	7 g	31 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	1 g	6 %
SÓDIO	174 mg	124 mg	5 %