



**BABA DE CAMELO SEM LEITE CONDENSADO**  
Receita e foto retirada do blog "A Pitada do Pai"

 6 porções

## INGREDIENTES

- 6 ovos M
- 2 unidades de pudim Rico em Proteína - Ehrmann (400 g)
- 10ml de stevia Líquida
- 20 gramas de amêndoa, miolo, com pele

## MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Comece por separar as claras e as gemas. Junte uma pitada de sal e bata as claras em castelo.
- 2º Na taça das gemas, coloque os pudins de caramelo, junte o adoçante e envolva bem.
- 3º Adicione as claras e envolva gentilmente. Finalize com amêndoa tostada.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (122 g)	% DR
ENERGIA	120 kcal	147 kcal	7 %
PROTEÍNA	11 g	14 g	28 %
H. CARBONO	3 g	4 g	2 %
AÇÚCARES	2 g	3 g	3 %
GORDURA	7 g	8 g	12 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	2 g	11 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	2 %
SÓDIO	58 mg	70 mg	3 %