



GALLETAS DE GARBANZO CON CHISPAS DE CHOCOLATE SIN GLUTEN

 10 minutos 55 minutos 16 porciones

INGREDIENTES

- 50 gramos de arroz crudo
- 420 gramos de garbanzo cocido
- 10 gramos de cocoa sin azúcar hershey
- 2 gramos de endulzante sin calorías
- 10 gramos de mantequilla sin sal
- 1 cucharadita de vainilla [5 g]
- 1/2 cucharadita de sal [3 g]
- 1/2 Cucharadita de bicarbonato de sodio Bob's Red Mill® [2 g]
- 80 gramos de chispas de chocolate sin azúcar Estado Natural®
- 40 gramos de puré de manzana

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [39 g]	% DDR
ENERGÍA	218 kcal	85 kcal	4 %
GRASA	7 g	3 g	4 %
GRASAS SATURADAS	3 g	1 g	6 %
COLESTEROL	4 mg	1 mg	0 %
SODIO	282 mg	110 mg	5 %
H. CARBONO	33 g	13 g	4 %
AZÚCARES	4 g	2 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	6 g	2 g	10 %
PROTEÍNA	8 g	3 g	-