



MUG CAKE CON COCO [VEGANO]

 10 minutos 20 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 3 cucharaditas de ralladura de limón [6 g]
- 4 Cucharaditas de endulzante sin calorías [8 g]
- 300 gramos de lechada de coco proteína A de coco®
- 40 gramos de coco Rallado Tía Ofilia®
- 240 gramos de harina de trigo integral
- 1 Cucharadita de polvo para hornear [5 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [150 g]	% DDR
ENERGÍA	205 kcal	307 kcal	15 %
GRASA	4 g	6 g	10 %
GRASAS SATURADAS	4 g	6 g	28 %
COLESTEROL	-	-	-
SODIO	115 mg	172 mg	7 %
H. CARBONO	35 g	53 g	18 %
AZÚCARES	1 g	2 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	9 g	13 g	53 %
PROTEÍNA	8 g	12 g	-