

**TAPIOCA NO COCO (BEIJU)** 4 porções**INGREDIENTES**

- 500 gramas de farinha de tapioca
- 200 gramas de leite de coco
- 60 gramas de coco seco, ralado

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misture a tapioca com as colheres de coco.
- 2º Leve ao fogo até a massa ficar soltinha da panela.
- 3º Depois mergulhe no leite de coco e sirva.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (190 g)	% DDR
ENERGIA	313 kcal	594 kcal	30 %
CARBOIDRATOS	54 g	103 g	34 %
PROTEÍNA	1 g	2 g	3 %
GORDURA	10 g	19 g	34 %
GORDURAS SATURADAS	8 g	16 g	72 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	4 g	17 %
SÓDIO	15 mg	29 mg	1 %