



BARRITAS DE QUINOA POP Y CACAO AMARGO

 4 porciones

INGREDIENTES

- 50 gramos de quinoa Pop
- 1 barra de chocolate amargo 70% ÁGUILA (21 g)
- 1 cuchara sopera de pasta de maní natural ENTRE NUTS (15 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º En un bowl colocar la quinoa pop con la pasta de maní
- 2º Agregar la barra de chocolate margo derretido
- 3º Mezclar los ingredientes hasta unificar bien.
- 4º Extender la preparación en una budinera o una placa
- 5º Dejar enfriar en heladera hasta que el chocolate de solidifique
- 6º Dividir en 4 barras

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (22 g)	% DDR
ENERGÍA	419 kcal	90 kcal	5 %
GRASA	22 g	5 g	7 %
GRASAS SATURADAS	7 g	1 g	7 %
COLESTEROL	—	—	—
SODIO	—	—	—
H. CARBONO	41 g	9 g	3 %
AZÚCARES	—	—	—
FIBRA ALIMENTARIA	8 g	2 g	7 %
PROTEÍNA	15 g	3 g	—