

**ABACAXI COM RASPAS DE LIMÃO E MEL**

Excelente opção para sobremesa e lanches.

 5 minutos 5 minutos 1 porção**INGREDIENTES**

- 2 fatias pequenas de abacaxi (100 g)
- 1/2 colher de sopa de casca de limão, crua (3 g)
- 1/2 colher de sopa de mel (8 g)

**MÉTODO DE PREPARO**

- 1º Corte o abacaxi em cubos, acrescente a casca do limão e um pouco de mel

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**

|                    | POR 100 g | POR PORÇÃO (111 g) | % DDR |
|--------------------|-----------|--------------------|-------|
| ENERGIA            | 65 kcal   | 72 kcal            | 4 %   |
| CARBOIDRATOS       | 17 g      | 19 g               | 6 %   |
| PROTEÍNA           | 1 g       | 1 g                | 1 %   |
| GORDURA            | 0 g       | 0 g                | 0 %   |
| GORDURAS SATURADAS | 0 g       | 0 g                | 0 %   |
| FIBRA ALIMENTAR    | 2 g       | 2 g                | 7 %   |
| SÓDIO              | 1 mg      | 1 mg               | 0 %   |