

PÃO DE QUEIJO DE FRIGIDEIRA

 1 porção

INGREDIENTES

- 1 unidade de ovo de galinha [45 g]
- 2 fatias medias de queijo muzzarella [40 g]
- 1 xícara de polvilho doce [20 g]

MÉTODO DE PREPARO

1º misturar bem todos os ingredientes e levar a frigideira antiaderente em fogo baixo

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (100 g)	% DDR
ENERGIA	259 kcal	260 kcal	13 %
CARBOIDRATOS	19 g	19 g	6 %
PROTEÍNA	14 g	14 g	18 %
GORDURA	14 g	14 g	26 %
GORDURAS SATURADAS	8 g	8 g	34 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	216 mg	216 mg	9 %