



DUETO CREMOSO & FRUTADO

Uma combinação equilibrada entre o doce suave da geleia e a cremosidade leve do creme de ricota ou requeijão.

 5 minutos 5 minutos 1 porção

INGREDIENTES

- 2 Fatias de pão de Forma Zero Panco [40 g] **ou** 2 Fatis de pão de forma Wickbold 5 Zeros [50 g] **ou** 2 Unidades de bisnaguinha Panco [40 g]
- 30 gramas de geleia Diet [Queensberry, Linea, Ritter]
- 30 gramas de creme de ricota light - Ipanema **ou** 10 gramas de requeijão light [Vigor, Danone, Nestlé, Catupiry] **ou** 10 gramas de requeijão Cremoso Light Nolac

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Torre levemente o pão na frigideira ou torradeira.
- 2º Espalhe o creme de ricota ou requeijão sobre o pão ainda quente.
- 3º Finalize com a geleia por cima, distribuindo bem.
- 4º Dica: Combina super bem com geleia de frutas vermelhas, damasco, ou goiaba.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [90 g]	% DDR
ENERGIA	174 kcal	156 kcal	8 %
CARBOIDRATOS	32 g	29 g	10 %
PROTEÍNA	7 g	6 g	8 %
GORDURA	3 g	2 g	4 %
GORDURAS SATURADAS	–	–	–
FIBRA ALIMENTAR	–	–	–
SÓDIO	–	–	–