



MOLHO DE LIMÃO PARA SALADA

Rende aproximadamente 220ml. Conserve por até 3 dias na geladeira.

 10 minutos

 11 Colheres de sopa

INGREDIENTES

- 5 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem [40 g]
- 75ml de água [5 colheres de sopa]
- 1 unidade de suco de limão siciliano
- 1 colher de sopa de tahine Integral [16 g]
- 1 colher de chá de mel de abelha [3 g]
- 1 pitada de sal, cozinha [0 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misturar todos os ingredientes dentro de 1 vidro com tampa ou com o fouet.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COLHER DE SOPA (20 g)	% DDR
ENERGIA	265 kcal	53 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	4 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	2 g	0 g	1 %
GORDURA	27 g	5 g	10 %
GORDURAS SATURADAS	4 g	1 g	4 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	88 mg	18 mg	1 %