



MOLHO DE MOSTARDA

 10 minutos 6 porções

INGREDIENTES

- 1 colher de sopa de vinagre branco [15 g]
- 1 colher de chá de mostarda Dijon [5 g]
- 3 colheres de sopa de azeite de oliva [24 g]
- 1 pitada de sal, cozinha [0 g]
- 1 pitada de condimento, pimenta do reino [0 g]
- 1 unidade de suco de limão, cru [48 g]
- 1 dente de alho, cru [3 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Coloque todos os ingredientes num vidrinho com tampa e chacoalhe bem, até ficar homogêneo e cremoso. Sirva a seguir. Conserve na geladeira.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [16 g]	% DDR
ENERGIA	245 kcal	39 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	5 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	0 %
GORDURA	26 g	4 g	7 %
GORDURAS SATURADAS	4 g	1 g	3 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	223 mg	35 mg	1 %