

**SUCO DE UVA COM BIOMASSA DE BANANA-VERDE** 1 porção**INGREDIENTES**

- 100 gramas de suco concentrado de uva, envasado
- 1 colher de sobremesa de linhaça
- 1 colher e meia (sopa) de biomassa de Banana-verde [15 g]

**MÉTODO DE PREPARO**

1º Bater todos os ingredientes no liquidificador e servir em seguida.

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**

	POR 100 g	POR PORÇÃO [250 g]	% DDR
ENERGIA	114 kcal	285 kcal	14 %
CARBOIDRATOS	15 g	36 g	12 %
PROTEÍNA	1 g	2 g	3 %
GORDURA	10 g	25 g	45 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	2 g	9 %
FIBRA ALIMENTAR	3 g	8 g	33 %
SÓDIO	8 mg	21 mg	1 %