



SUCO DE UVA COM BIOMASSA DE BANANA-VERDE

 1 porção

INGREDIENTS

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

COOKING METHOD

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

NUTRITIONAL INFORMATION

	PER 100 g	PER PORÇÃO (250 g)	% DRI
ENERGY	114 kcal	285 kcal	14 %
CARBOHYDRATE	15 g	36 g	12 %
PROTEIN	1 g	2 g	3 %
FAT	10 g	25 g	45 %
FATTY ACIDS, TOTAL SATURATED	1 g	2 g	9 %
FIBER	3 g	8 g	33 %
SODIUM	8 mg	21 mg	1 %