



## SORVETE DE BANANA E AMENDOIM

 1 hour  
 18 hours  
 9.7 porções

### INGREDIENTS

- 4 unidades médias, prata of banana (160 g)
- 1 cup of peanut flour, defatted (60 g)
- 1 unidade pequena of iogurte desnatado (140 g)
- 1 colher de chá of xilitol (3 g)

### COOKING METHOD

- 1º corte as bananas em fatias e congele
- 2º Após congeladas, bater as bananas em mixer, processador ou liquidificador com o iogurte, xilitol e a farinha de amendoim até formar uma massa.
- 3º Coloque em um pote e leve novamente ao congelador.
- 4º sirva com um pouco da farinha de amendoim .

### NUTRITIONAL INFORMATION

	PER 100 g	PER BOLA (32 g)	% DRI
ENERGY	102 kcal	33 kcal	2 %
CARBOHYDRATE	16 g	5 g	2 %
PROTEIN	11 g	4 g	5 %
FAT	0 g	0 g	0 %
FATTY ACIDS, TOTAL SATURATED	0 g	0 g	0 %
FIBER	3 g	1 g	4 %
SODIUM	60 mg	19 mg	1 %