



MOLHO PARA SALADA COM AZEITE BALSÂMICO

Essa é uma receita da nutricionista Thaisa. um molho bem delicioso para ajudar na introdução alimentar da salada.

 10 minutos 10 minutos 4 porções

INGREDIENTES

- 7 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem (56 g)
- 3 colheres de sopa de vinagre, balsâmico (48 g)
- 1 pitada de condimento, pimenta do reino (0 g) + 1 pitada de sal

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Coloque todos os ingredientes em um potinho de vidro, tampe e misture bem. Pronto, agora é só colocar na salada e saborear.
- 2º Você pode manter na geladeira por até 3 dias, e quando for consumir misture novamente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (26 g)	% DDR
ENERGIA	516 kcal	134 kcal	7 %
CARBOIDRATOS	8 g	2 g	1 %
PROTEÍNA	0 g	0 g	0 %
GORDURA	54 g	14 g	25 %
GORDURAS SATURADAS	8 g	2 g	9 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	11 mg	3 mg	0 %