



LARANJA DA TAI

Molho para salada estilo tailandês. essa é uma receita da nutricionista Thaisa. Esse é um molho para regar bem a salada. Bom apetite!

 20 minutes

 20 minutes

 6 porções

INGREDIENTS

- 3 unidades pequenas de laranja lima espremidas [270 g]
- 3 colheres de sopa of azeite de oliva extra virgem [24 g]
- 2 colheres de sopa de vinagre, de maçã [30 g]
- 1 rodela de gengibre, cru [2 g]
- 1 colher de sopa, seco, ralado of coco cru [12 g]
- 1/2 limão espremido
- 1 grama de condimento, pimenta, dedo de moça ou caiena e sal a gosto

COOKING METHOD

- 1º Bata todos os ingredientes no liquidificador e está pronto.
- 2º armazene em vidro fechado até 3 dias.

NUTRITIONAL INFORMATION

	PER 100 g	PER PORÇÃO (62 g)	% DRI
ENERGY	109 kcal	67 kcal	3 %
CARBOHYDRATE	10 g	6 g	2 %
PROTEIN	1 g	1 g	1 %
FAT	8 g	5 g	9 %
FATTY ACIDS, TOTAL SATURATED	2 g	1 g	5 %
FIBER	2 g	1 g	4 %
SODIUM	2 mg	1 mg	0 %