




BIZCOCHO LOWCARB AIRFRYER

 5 minutos
 30 minutos
 3.1 porciones

INGREDIENTES

- 2 Raciones de postre Lácteo + Proteínas Chocolate Hacendado [240 g]
- 2 unidades grandes de huevo de gallina fresco [130 g]
- 90 gramos de harina de avena, preferiblemente integral [puede ser de maíz o de trigo]
- 1 sobre de levadura

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Añadir todos los ingredientes en un bol y mezclar bien, para darle mayor dulzor opta por el uso de sucralosa granulada/polvo ya que es un edulcorante que aguanta bien las altas temperaturas.
- 2º Añadir la masa a la freidora de aire durante 20 minutos a 150 grados.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR RACIÓN (150 g)	% DDR
ENERGÍA	152 kcal	228 kcal	11 %
PROTEÍNA	11 g	16 g	33 %
H. CARBONO	16 g	23 g	9 %
AZÚCARES	3 g	5 g	6 %
GRASA	5 g	7 g	10 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	10 %
FIBRA ALIMENTARIA	3 g	4 g	16 %
SODIO	61 mg	92 mg	4 %