

**BOLO DE LARANJA SAUDÁVEL** 25 minutos 25 minutos 1 porção**INGREDIENTES**

- 1 unidade de ovo de galinha (45 g)
- 40 ml de suco de laranja
- 2 colheres de adoçante artificial
- 5 colheres de sopa cheias de farinha de aveia (90 g)
- 1 colher de sopa de fermento químico em pó (10 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misture o ovo, suco de laranja e farinha, e por último adicione o fermento e misture.
- 2º Unte a forma, despeje a massa na forma.
- 3º Leve para air fryer ou forno, por alguns minutos.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (210 g)	% DDR
ENERGIA	209 kcal	438 kcal	22 %
CARBOIDRATOS	34 g	71 g	24 %
PROTEÍNA	9 g	20 g	26 %
GORDURA	5 g	10 g	18 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	2 g	11 %
FIBRA ALIMENTAR	4 g	9 g	36 %
SÓDIO	538 mg	1131 mg	47 %