

**MIOJO CASEIRO SEM GLÚTEN (SABOR PARECIDO COM GALINHA CAIPIRA)**

É ideal para quem quer um prato rápido, nutritivo e cheio de sabor!

 10 minutos**INGREDIENTES**

- 50 gramas de bifum (macarrão de arroz) **ou** 50 gramas de macarrão Talharim Urbano Zero Glúten
- 1 colher (chá) de páprica doce
- 1 colher de chá de curry
- 1 colher de chá de chimichurri
- 1 colher de sopa de molho de tomate (20 g)
- sal a gosto
- 1 colher de chá de azeite de oliva extra virgem (2 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Cozinhe o macarrão em água quente (em boa quantidade de água) e mexa enquanto cozinha para soltar bem (não precisa mexer continuamente, mas com certa frequência). Cozinhe bastante para ficar mais próxima a textura do miojo convencional.
- 2º Quando pronto, escorra a água e deixe um pouquinho caso você goste (justamente para fazer aquela 'águinta' do tempero).
- 3º Adicione o azeite, sal, temperos, molho e pronto! Só aproveitar!

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	239 kcal	12 %
CARBOIDRATOS	48 g	16 %
PROTEÍNA	5 g	7 %
GORDURA	3 g	6 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	5 %
SÓDIO	4825 mg	201 %