



BOLINHAS DE "COOKIE DOUGH"

 22 porções

INGREDIENTES

- 400 g de grão de bico cozido e escorrido
- 105 g de manteiga de amendoim
- 25 g de pepitas de chocolate ou cacau
- 20 g de proteína em pó

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

1º Misturar todos os ingredientes e formar 25 bolinhas

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (25 g)	% DR
ENERGIA	207 kcal	52 kcal	3 %
PROTEÍNA	12 g	3 g	6 %
H. CARBONO	11 g	3 g	1 %
AÇÚCARES	3 g	1 g	1 %
GORDURA	12 g	3 g	4 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	7 g	2 g	7 %
SÓDIO	77 mg	19 mg	1 %