

**PIPOCA CASEIRA SÓ UNTADA** 1 porção**INGREDIENTES**

- 100 gramas de milho de pipoca [1/2 xícara]
- 2 colheres de chá de azeite de oliva extra virgem [4 g]
- 1 colher de sopa de condimento, paprica + lemon pepper + chimichurri [7 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Unte uma frigideira bem aquecida, coloque o milho de pipoca e tampe. Espere estourar, quando terminar tempere com páprica, lemon pepper e chimichurri.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (111 g)	% DDR
ENERGIA	194 kcal	215 kcal	11 %
CARBOIDRATOS	26 g	29 g	10 %
PROTEÍNA	4 g	4 g	6 %
GORDURA	11 g	12 g	22 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	2 g	8 %
FIBRA ALIMENTAR	6 g	7 g	26 %
SÓDIO	225 mg	250 mg	10 %