

**BANANA TOAST**

pão com banana doce de leite e queijo na air fryer

 5 minutos 1 porção**INGREDIENTES**

- 1 fatia de pão de forma [25 g]
- 1 fatia média de queijo mozzarella [20 g]
- 1/2 unidade de banana prata crua [33 g]
- 1 colher de chá de canela em pó [3 g]
- 1/2 colher de sopa de doce de leite [10 g]

MÉTODO DE PREPARO

1º Colocar o doce de leite, o queijo, e as rodela de banana em cima do pão, acrescentar canela á gosto. 5 minutinhos na airfryer.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (90 g)	% DDR
ENERGIA	224 kcal	201 kcal	10 %
CARBOIDRATOS	32 g	29 g	10 %
PROTEÍNA	8 g	8 g	10 %
GORDURA	7 g	7 g	12 %
GORDURAS SATURADAS	4 g	3 g	16 %
FIBRA ALIMENTAR	3 g	3 g	11 %
SÓDIO	334 mg	299 mg	12 %