

GELATINA CREMOSA

 6 porções

INGREDIENTES

- 1 pacote de gelatina sabor de sua preferência
- 250 gramas de bebida, água de torneira
- 200 gramas de creme de Leite

MÉTODO DE PREPARO

1º misturar água quente com a gelatina e o creme de leite e bater no liquidificador. Levar para a geladeira por no mínimo quatro horas ou até o dia seguinte.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (78 g)	% DDR
ENERGIA	109 kcal	85 kcal	4 %
CARBOIDRATOS	4 g	3 g	1 %
PROTEÍNA	2 g	1 g	2 %
GORDURA	10 g	7 g	14 %
GORDURAS SATURADAS	5 g	4 g	18 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	104 mg	82 mg	3 %