

PATÊ DE FRANGO

pasta para lanches e refeições

 30 minutos 50 minutos 8 porções

INGREDIENTES

- 250 gramas de creme de ricota tipo Verde Campo, Coalhadas.
- 1 unidade pequena de peito de frango, sem pele, cozido (140 g)
- 1 colher de chá de sal, cozinha (6 g)
- 1 colher de chá de tomilho, fresco (1 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Cozinhe e desfie o frango
- 2º Misture no creme de ricota industrializado
- 3º Armazene em geladeira e use conforme orientação

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (50 g)	% DDR
ENERGIA	158 kcal	78 kcal	4 %
CARBOIDRATOS	2 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	19 g	9 g	12 %
GORDURA	8 g	4 g	7 %
GORDURAS SATURADAS	3 g	2 g	8 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	804 mg	399 mg	17 %