



MILHOJA DE MERENGUE.

 1 porción

INGREDIENTES

- 1 cucharada de postre colmada de azúcar, blanco [7 g]
- 1 unidad grande de huevo de gallina, clara, cruda [43 g]
- 50 gramos de masa de hojaldre, congelada

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Montar el merengue con el azúcar hasta que este duro.
- 2º Hornear el hojaldre en rectángulos.
- 3º Poner capa de hojaldre y encima el merengue hasta terminar.
- 4º Añadir azúcar glass por encima si se desea.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (100 g)	% DDR
ENERGÍA	245 kcal	245 kcal	12 %
GRASA	13 g	13 g	20 %
GRASAS SATURADAS	7 g	7 g	33 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	248 mg	248 mg	10 %
H. CARBONO	24 g	24 g	8 %
AZÚCARES	7 g	7 g	—
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	7 g	7 g	—