

**BOMBOM DE BATATA-DOCE E QUINOA RECHEADO DE DAMASCO**

Doces

 30 minutos 12 horas e 30 minutos 20 porções**INGREDIENTES**

- 200 gramas de batata-doce cozida e amassada
- 1 ovo
- 3 ou 4 colheres de sopa de quinoa em flocos
- 10 damascos secos cortados ao meio
- Vinho branco [o suficiente] para marinar os damascos
- Chocolate amargo 70% [o suficiente] para banhar os bombons

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Na noite anterior, coloque os damascos para marinar no vinho branco.
- 2º Pela manhã, misture a batata-doce, o ovo e a quinoa e leve ao fogo brando, mexendo até soltar da panela.
- 3º Espere esfriar, faça bolinhas e recheie com o damasco escorrido.
- 4º Derreta o chocolate em banho-maria, coloque em uma vasilha de vidro e bata com uma espátula até esfriar. Envolve os bombons com essa calda e deixe na geladeira por 10 minutos.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [42 g]	% DDR
ENERGIA	83 kcal	35 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	12 g	5 g	2 %
PROTEÍNA	2 g	1 g	1 %
GORDURA	2 g	1 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	1 g	3 %
SÓDIO	17 mg	7 mg	0 %