

BANANA CAKE

 8 porzioni

INGREDIENTI

- 2 unità medie di banane, fresche (240 g)
- 260 grammi di farina di frumento, tipo 0
- 150 grammi di zucchero (saccarosio)
- 80 grammi di latte ALPRO Protein
- 30 grammi di olio di semi di girasole
- 20 grammi di cacao, in polvere

COME PREPARARE LA RICETTA

1° frullare tutto e aggiungere lievito, 6 cucchiaini di acqua bollente, pizzico di sale, cannella

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE (87 g)	% AR
ENERGIA	291 kcal	253 kcal	13 %
PROTEINE	6 g	5 g	10 %
CARBOIDRATI	57 g	49 g	19 %
ZUCCHERI	27 g	24 g	26 %
LIPIDI	6 g	5 g	7 %
GRASSI SATURI	1 g	1 g	5 %
FIBRE ALIMENTARI	3 g	2 g	10 %
SODIO	2 mg	1 mg	0 %