

TORTA DEI COMPLEANNI

 30 porzioni

INGREDIENTI

- 310 grammi di Oreo
- 75 grammi di margarina panetto vegetale o burro
- 350 grammi di cioccolato al latte
- 165 grammi di arachidi tostate
- 300 grammi di latte di cocco

COME PREPARARE LA RICETTA

- 1° il fondo lo fai con oreo + margarina panetto vegetale il ripieno sciogliendo il cioccolato nel latte di cocco e poi mischi con le arachidi, stampo e metti in frigo

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE [40 g]	% AR
ENERGIA	470 kcal	188 kcal	9 %
PROTEINE	8 g	3 g	7 %
CARBOIDRATI	35 g	14 g	5 %
ZUCCHERI	25 g	10 g	11 %
LIPIDI	34 g	14 g	19 %
GRASSI SATURI	16 g	6 g	32 %
FIBRE ALIMENTARI	3 g	1 g	4 %
SODIO	218 mg	87 mg	4 %