

MOUSSE DE MARACUJÁ FIT

 1 Porção

INGREDIENTES

- 1 dosador de whey protein concentrado sabor baunilha Dux Nutrition (30 g)
- 30 gramas de gelatina light
- 1 unidade média de maracujá cru (45 g)
- 30 gramas de creme de leite light

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misturar todos os ingredientes e colocar na geladeira
- 2º Misturar todos os ingredientes e colocar na geladeira

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (135 g)	% DDR
ENERGIA	165 kcal	222 kcal	11 %
CARBOIDRATOS	20 g	27 g	9 %
PROTEÍNA	16 g	22 g	29 %
GORDURA	3 g	4 g	7 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	1 g	7 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	1 g	2 %
SÓDIO	82 mg	111 mg	5 %