



SORVETE FIT DE MARACUJÁ

Ótima opção para sobremesa e lanche.

 15 minutos 15 minutos 3 porções

INGREDIENTES

- 2 unidades de banana prata crua, em rodela , congelada (140g)
- 4 colheres cheia de polpa de maracujá (72g)
- 7 colheres de sopa cheia de leite em pó integral (100g)

MÉTODO DE PREPARO

1º Em um processador, adicione as duas bananas congeladas , a polpa do maracujá e o leite em pó. Bater até ficar homogêneo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [97 g]	% DDR
ENERGIA	214 kcal	207 kcal	10 %
CARBOIDRATOS	26 g	25 g	8 %
PROTEÍNA	9 g	9 g	12 %
GORDURA	9 g	9 g	16 %
GORDURAS SATURADAS	5 g	5 g	21 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	5 %
SÓDIO	103 mg	99 mg	4 %