



COXINHA DE BATATA COM FRANGO

 12 porções

INGREDIENTES

- 250 gramas de frango Desfiado
- 600 gramas de batata inglesa cozida

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Amasse as batatas cozidas.
- 2º Misture o frango já desfiado na batata e deixe esfriar bem!
- 3º Modele em forma de coxinhas ou bolinhas de aproximadamente 70g! pode colocar um pouco de requeijão cremoso light dentro!
- 4º Coloque na AirFryer ainda fria, sem pré-aquecer, por 15min a 180°C.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [71 g]	% DDR
ENERGIA	78 kcal	56 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	9 g	6 g	2 %
PROTEÍNA	9 g	6 g	8 %
GORDURA	1 g	1 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	3 %
SÓDIO	25 mg	18 mg	1 %