



SAL DE ERVAS

Sal ideal para qualquer tipo de preparação salgada, a ideia é diminuir o sódio dos alimentos, as ervas ajudam na boa palatividade.

INGREDIENTES

- 50 gramas de sal
- 50 gramas de alecrim, fresco
- 50 gramas de condimento, manjeriçao, seco
- 50 gramas de orégano
- 50 gramas de condimento, salsinha, desidratada

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Bata no liquidificador em partes iguais.
- 2º Guarde em um pote de vidro bem fechado e use no lugar do sal.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	192 kcal	10 %
CARBOIDRATOS	37 g	12 %
PROTEÍNA	13 g	17 %
GORDURA	5 g	9 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	8 %
FIBRA ALIMENTAR	24 g	97 %
SÓDIO	122 mg	5 %