

BATATA DOCE NO FORNO

INGREDIENTES

- 1 unidade de batata doce [403 g]
- Pimentão doce
- 10 gramas de azeite

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Partir a batata doce em pedaços pequenas
- 2º Num pirex adicionar a batata doce, o azeite e o pimentão
- 3º Envolver as batatas com o azeite e o pimentão
- 4º Levar ao forno a 200º durante 30 a 40 minutos

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DR
ENERGIA	109 kcal	5 %
PROTEÍNA	1 g	2 %
H. CARBONO	21 g	8 %
AÇÚCARES	6 g	7 %
GORDURA	2 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	8 %
SÓDIO	16 mg	1 %