

BATATA DOCE ASSADA ÀS RODELAS

INGREDIENTES

- 1 unidade de batata doce [403 g]
- Orégãos
- 100 gramas de azeite

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Partir a batata doce às rodelas finas
- 2º Num pirex adicionar a batata doce, o azeite e polvilhar com orégãos
- 3º Levar ao forno a 200º durante 20 a 30 minutos

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DR
ENERGIA	248 kcal	12 %
PROTEÍNA	1 g	1 %
H. CARBONO	17 g	7 %
AÇÚCARES	5 g	5 %
GORDURA	20 g	28 %
GORDURAS SATURADAS	3 g	14 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	7 %
SÓDIO	13 mg	1 %