



BALSÂMICO [MOLHO DE SALADA]

 8.4 Colher de sopa

INGREDIENTES

- 2 colheres de sopa de vinagre, balsâmico (32 g)
- 100 gramas de azeite de oliva extra virgem
- 4 colheres de chá de mostarda, pronta, amarela (20 g)
- 1 colher de sopa de mel (15 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misture os ingredientes em um recipiente de vidro previamente esterelizado.
- 2º Tempere a gosto com sal e pimenta do reino.
- 3º Reserve por 10 dias na geladeira.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (20 g)	% DDR
ENERGIA	581 kcal	116 kcal	6 %
CARBOIDRATOS	11 g	2 g	1 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	0 %
GORDURA	60 g	12 g	22 %
GORDURAS SATURADAS	9 g	2 g	8 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	137 mg	27 mg	1 %