

CREPIOCA - TIAGO

Receita

 1 Porção

INGREDIENTES

- 25 gramas de farinha de milho
- 50 gramas de polvilho doce
- 2 unidades de ovo de galinha (90 g)
- 1 grama de sal

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Mistura tudo

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (156 g)	% DDR
ENERGIA	248 kcal	387 kcal	19 %
CARBOIDRATOS	41 g	64 g	21 %
PROTEÍNA	8 g	12 g	16 %
GORDURA	6 g	9 g	16 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	3 g	12 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	6 %
SÓDIO	327 mg	510 mg	21 %