





## PÃO NUVEM / CLOUD BREAD

 10 minutos  
 10 minutos  
 1 Unidade / Unit

### INGREDIENTES

- 1 unidade de ovo de galinha / 1 unit of chicken egg
- 1 colher de sopa de Cottage Cream Cheese / 1 table spoon of Cottage Cream Cheese
- 1 colher de chá de fermento em pó / 1 tea spoon of baked powder

### MÉTODO DE PREPARO

- 1º Bata a clara em neve e misture com os outros ingredientes (gema de ovo misturada com o cream cheese) / Hit the snow white egg with the baking powder and mix with all the ingredients (egg yolk + cream cheese mixed)
- 2º Coloca a mistura dentro de um recipiente de vidro e põe no microondas por 2 min e 30 segundos ou assa em forno convencional pré-aquecido por 15 a 20 minutos / Put the mix into the glass container and heat it in a microwave oven for 2 minutes and 30 seconds or for 15 to 20 minutes in a pre-heated conventional oven.
- 3º Corte ao meio, recheie e asse na sanduicheira / Cut in the middle, stuff it and heat in a sandwich maker

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR UNIDADE / UNIT (67 g)	% DDR
ENERGIA	129 kcal	87 kcal	4 %
GORDURA	7 g	5 g	7 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	2 g	8 %
COLESTEROL	241 mg	162 mg	54 %
SÓDIO	1971 mg	1320 mg	55 %
CARBOIDRATOS	5 g	3 g	1 %
AÇÚCARES	1 g	1 g	—
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	11 g	7 g	—