

**PATÊ DE TOMATE SECO (DE FEIJÃO BRANCO)** 31.1 colheres de sopa**INGREDIENTES**

- 180 gramas de Feijão branco já cozido (demolhado)
- 10 unidades de Tomate seco (30 g)
- 1 dente de Alho esmagado (3 g)
- 1 colher de chá de Sal (5g) a gosto
- 1 colher de chá a gosto de Ervas aromáticas (alecrim, manjeriço, etc) (1 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º O feijão branco deve ter ficado de molho e ser cozido anteriormente, desprezar toda a água e ficar somente com os grãos cozidos;
- 2º Bater tudo no liquidificador até obter uma pasta triturada e homogênea.
- 3º Guardar na geladeira e usar em torradinhas, pães frescos, etc.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COLHER DE SOPA (7 g)	% DDR
ENERGIA	106 kcal	7 kcal	0 %
CARBOIDRATOS	16 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	6 g	0 g	1 %
GORDURA	2 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	6 g	0 g	2 %
SÓDIO	1139 mg	80 mg	3 %