

**MIX DE TEMPEROS****INGREDIENTES**

- 150 gramas de óregano
- 75 gramas de manjeriço, fresco
- 100 gramas de condimento, manjerona, seca
- 75 gramas de alecrim, fresco
- 75 gramas de tomilho, fresco

**MÉTODO DE PREPARO**

1º Em um recipiente misture todos temperos e pronto, guarde em um pote bem vedado para melhor armazenamento!

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	194 kcal	10 %
CARBOIDRATOS	41 g	14 %
PROTEÍNA	8 g	11 %
GORDURA	6 g	11 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	7 %
FIBRA ALIMENTAR	27 g	107 %
SÓDIO	27 mg	1 %