

**BISCOITO DE POLVILHO****INGREDIENTES**

- 1 Xícara de polvilho azedo
- 1 Ovo
- 1 Colher de sopa de óleo
- 1/2 Xícara de água morna
- 1 Colher de sopa de semente de Chia
- Sal e Pimenta a gosto

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misture todos os ingredientes exceto a água. Vá acrescentando a água aos poucos até formar uma massa homogênea [Não gruda na mão].
- 2º Modele no formato que desejar e coloque na assadeira.
- 3º Pré-aqueça o forno em 200 graus e quando for colocar a assadeira abaixe para 180 graus.
- 4º Deixe assando [eles vão crescer um pouquinho] por 15 à 20 minutinhos. Rende umas 20 rosquinhas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	250 kcal	12 %
CARBOIDRATOS	48 g	16 %
PROTEÍNA	2 g	3 %
GORDURA	5 g	10 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	3 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	8 %
SÓDIO	324 mg	14 %