



Mix briose dietetice cu vanilie 150 gr BETTER THAN FOODS

Ingrediente: fibre alimentare (celuloză), praf de ou, coajă de psyllium, agent de afânare: bicarbonat de sodiu, GDL (glucono-delta-lactonă), agent de îngroșare: făină de konjac, gumă xantan, pulbere arome Bourbon vanilie, vanilină (1 %) coloranți: beta-caroten.

RECOMANDAT in dieta lowcarb, dieta ketogenica, dieta diabetica

Mod de preparare: pentru 12 bucați de briose sau blat pentru tort cu dimensiunea de 20x33cm

- 1 pungă de praf de briose (150 g)
- 370 ml apă sau lapte/ lapte vegetal
- 20 ml ulei (de preferat de cocos)
- 130-150 g îndulcitor

Adăugați la praful de briose, îndulcitorul, uleiul și laptele, și amestecați bine. Compoziția se toarnă în forme de briose sau în tava de copt.

Timp de coacere: 25min la 180C (în cuptor preîncalzit) sau după ce trece testul cu scobitoarea.
Timpul de coacere depinde și de tipul de cuptor (electric/ tradițional)

Tabel nutrițional 100 g

Valoare energetica 285.2 Kcal/ 1140,8kJ

Proteine 13,65 g

Grăsimi 9.77g

din care saturate 0.11g

Carbohidrați 0 g

din care zaharuri 0g

Fibre 61,2g g

Sodiu 0 g

