

Paçoca diet

Ingredientes

2 xícaras (chá) de amendoim torrado

1 ½ xícara (chá) de farinha de milho – biju

1 xícara (chá) de STEVITA CULINÁRIA

6 colheres (sopa) de leite desnatado

1 pitada de sal

Modo de preparo

Tire a pele do amendoim, misture com os demais ingredientes, menos o leite. Bata tudo no liquidificador até ficar bem fino. Em uma tigela, coloque a mistura seca e acrescente o leite, mexendo bem. Modele em forminhas de empadinhas pequenas, fazendo as paçocas uma a uma.

Fonte: Idmed