



Lucia Faria

Inteligência em Comunicação

Data: 21/07/2009

Página: 5

Seção: Bem Viver

acrítica

PRATO DO DIA

nacozinha@acritica.com.br

doce >>> que todo mundo pode saborear!

Pão de Minuto

Todo sabor do açúcar, mas sem calorias e sem culpas? Já imaginou que delícia? Pois bem, no livro "A vida pode ser doce" da Linea Sucralose mostra que é possível sim viver com doce sem fazer mal. São 50 receitas diet e light feitas com sucralose, um adoçante que vem da cana-de-açúcar, não tem calorias e é muito mais natural, além do mais, não deixa aquele sabor amargo na última colherada. Vale conferir.

Ingredientes

- 4 colheres (sopa) de adoçante Linea Sucralose granular
- 4 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 3 colheres (sopa) de margarina light
- 2 colheres (sopa) de fermento em pó
- 1 colher (chá) rasa de sal
- 2 potes de iogurte desnatado

Preparação

-1- Junte todos os ingredientes em uma tigela e faça com eles a massa, misturando bem (use as mãos, se preciso).

-2- Enrole os pãezinhos.

-3- Se desejar, recheie com geleia diet. Leve ao forno médio (180 graus C) em forma untada e polvilhada, até que dourem.

Dicas

1. Polvilhe com queijo ralado antes de levar ao forno.

2. Se desejar recheie com geleia diet.



Reprodução
Pode rechear o pão de minuto com requeijão desnatado