



Bebidas

Receitas de Batidos

Batido de Banana com Doce de Leite

5 min.

Fácil

Económico

2 doses

Ingredientes

- 1 copo de leite
- 1 c. sopa de Leite Condensado Cozido NESTLÉ
- 2 bananas

Informação nutricional

Energia	175,7 kcal	9%*
Proteínas	3,8 g	8%*
Lípidos	1,5 g	2%*
Hidratos de Carbono	37,6 g	14%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Junte todos os ingredientes num copo liquidificador.
- 2 Triture até o gelo estar desfeito.
- 3 Decore com amêndoas e sirva de imediato.