



Sobremesas

Gelados

## Gelado rápido de Morango e Leite Condensado

🕒 5 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍽️ 6 doses

### Ingredientes

- 1 medida (da lata) de morangos
- 3 c. de sopa de limão
- 1 medida (da lata) de água
- 1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 224,6 kcal | 11%* |
| <b>Proteínas</b>           | 5,3 g      | 11%* |
| <b>Lípidos</b>             | 5,8 g      | 8%*  |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 37,3 g     | 14%* |

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

### Preparação

- 1 Bata no liquidificador o Leite Condensado NESTLÉ, a mesma medida de água, os morangos e o sumo de limão.
- 2 Deite numa forma e leve ao congelador durante aproximadamente 3 horas.