



Sobremesas

Doces de Colher

Copinhos de iogurte de Coco com Ananás

🕒 5 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

80 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

2 iogurtes com Aroma a Coco LONGA VIDA

150 g de ananás

30 g de coco ralado

Informação nutricional

Energia	123,2 kcal	6%*
Proteínas	3,2 g	6%*
Lípidos	4,4 g	6%*
Hidratos de Carbono	17,6 g	7%*

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

Preparação

- 1 Misture o coco ralado com os iogurtes.
- 2 Triture o ananás com o Leite Condensado Tradicional NESTLÉ.
- 3 Deite nos copos uma camada do creme de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ com ananás e por cima uma camada de iogurte com coco ralado.
- 4 Reserve no frigorífico.
- 5 Caso deseje decorar os seus copos, corte rodela de Ananás muito finas e leve-as ao forno a 120°C durante 1 hora, virando-as a cada 15 minutos. Decore os copos no momento de servir.