



Bebidas

Receitas de Batidos

## Batido de iogurte Longa Vida com Chocolate

🕒 5 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍷 2 doses

### Ingredientes

- 1 iogurte LONGA VIDA Natural
- 100 g de NESTLÉ Classic Chocolate de Leite
- 1 c. de sopa de açúcar
- 1 c. de sopa de sumo de laranja

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	338,9 kcal	17%*
<b>Proteínas</b>	5,8 g	12%*
<b>Lípidos</b>	16,8 g	24%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	40,8 g	16%*

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

### Preparação

- 1 Misturam-se todos os ingredientes e batem-se na batadeira
- 2 Serve-se num copo com pedras de gelo, raspas de chocolate e uma palhinha.