

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

Energia	338,9 kcal	17%*
Proteínas	5,8 g	12%*
Lípidos	16,8 g	24%*
Hidratos de Carbono	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.