



Bebidas Receitas de Batidos

Batido de Chocolate Cremoso

5 min.

Fácil

Económico

1 doses

Ingredientes

14 g de Café SICAL 5 Estrelas (diluido em cerca de 1 dl de água)
1 dl de água
1 dl de água (a ferver)
raspas de NESTLÉ Classic Chocolate de Leite q.b.
2 c. de sopa de cacau em pó
1 iogurte LONGA VIDA Natural

Informação nutricional

Energia	311,9 kcal	16%*
Proteínas	13,9 g	28%*
Lípidos	18,1 g	26%*
Hidratos de Carbono	23,0 g	9%*

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

Preparação

- 1 Prepara previamente o café Sical (a quantidade indicada é a ideal para extrair preparando café expresso).
- 2 Dilui o cacau em pó em 1 dl de água a ferver, deixando arrefecer ambos até utilizar.
- 3 Mistura muito bem os ingredientes numa máquina de batidos.
- 4 Serve fresco e decorado com raspas de chocolate.