



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

## Doce de Banana e Leite Condensado

🕒 5 min.

🔑 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

### Ingredientes

2 bananas

1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	374,1 kcal	19%*
<b>Proteínas</b>	7,3 g	15%*
<b>Lípidos</b>	7,2 g	10%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	70,5 g	27%*

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

### Preparação

- 1 Triture com um garfo as bananas previamente descascadas e cortadas em rodela.
- 2 Abra a lata de leite condensado, deite numa taça e misture com as bananas (reserve algumas rodela de banana para decoração).
- 3 Nota: Se o desejar coloque no frigorífico antes de servir.