



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

Energia	374,1 kcal	19%*
Proteínas	7,3 g	15%*
Lípidos	7,2 g	10%*
Hidratos de Carbono	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.