



Bebidas Receitas de Batidos

## Batido de Banana com Doce de Leite

5 min.

Fácil

Económico

2 doses

### Ingredientes

- 1 copo de leite
- 1 c. sopa de Leite Condensado Cozido NESTLÉ
- 2 bananas

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	175,7 kcal	9%*
<b>Proteínas</b>	3,8 g	8%*
<b>Lípidos</b>	1,5 g	2%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	37,6 g	14%*

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

### Preparação

- 1 Junte todos os ingredientes num copo liquidificador.
- 2 Triture até o gelo estar desfeito.
- 3 Decore com amêndoas e sirva de imediato.