



Bebidas

Receitas de Batidos

## Batido Tropical

🕒 5 min.

👉 Fácil

👉 Económico

🍷 2 doses

### Ingredientes

1 c. de sopa de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
4 dl de leite de coco

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	53,8 kcal	3%*
<b>Proteínas</b>	0,5 g	1%*
<b>Lípidos</b>	4,0 g	6%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	3,9 g	1%*

\*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 Sirva ainda frio.