



Bebidas Receitas de Batidos

## Batido de Morango e Leite Condensado

Um batido de morango com leite condensado é a combinação perfeita entre a fruta fresca e a doçura do leite condensado. Esta é uma receita de batido de morango fácil e rápida, ideal para aqueles dias quentes ou para um lanche especial. Com apenas alguns ingredientes simples, consegue preparar um batido de morango muito cremoso e com um sabor que vai conquistar toda a família. Prepare o seu liquidificador e experimente já esta receita!

🕒 5 min.    🍴 Fácil    💰 Económico    🍷 6 doses

### Ingredientes

185 g de Leite Condensado Magro NESTLÉ  
200 ml de água  
500 g de morangos lavados  
1/2 limão

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	111,2 kcal	6%*
<b>Proteínas</b>	3,3 g	7%*
<b>Lípidos</b>	0,4 g	1%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	23,1 g	9%*

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

### Preparação

- 1 Retire as folhas dos morangos
- 2 Esprema o limão e coe o sumo.
- 3 Triture os morangos, o sumo de limão, a água e o Leite Condensado Magro NESTLÉ.
- 4 Sirva o seu batido de morango muito frio. Se preferir o batido menos espesso adicione um pouco mais de água.