



Bebidas Receitas de Batidos

Batido de Morango e Leite Condensado

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

Energia	111,2 kcal	6%*
Proteínas	3,3 g	7%*
Lípidos	0,4 g	1%*
Hidratos de Carbono	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.