

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

| | | |
|---|---|---|
| **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.