

Sobremesas Gelados

Gelado de Coco e Matcha com Leite Condensado

5 min. Fácil Económico 4 doses

Ingredientes

60 g de leite condensado NESTLÉ
30 g de coco ralado
2 iogurtes YAOS Grego coco NESTLÉ
2 colheres de chá de Matcha

Informação nutricional

Energia	188,3 kcal	9%*
Proteínas	3,2 g	6%*
Lípidos	11,0 g	16%*
Hidratos de Carbono	18,0 g	7%*

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

Preparação

1. Numa tigela, misture o leite condensado com o matcha, o coco ralado e o iogurte.
2. Prove e retifique o chá matcha a gosto.
3. Verta a mistura nas formas de gelado e deixe repousar no congelador durante alguns minutos. Quando começar a congelar, insira os palitos, de modo que fiquem direitos.
4. Deixe congelar durante pelo menos 3 horas.