

SMOOTHIE DE MANJAR PLÁTANO



Ingredientes

- 2 Tazas de leche SVELTY®
- 2 yoghurt batido sabor vainilla NESTLÉ®
- 1 Plátano pelado y cortado en trozos
- 1 Taza de manjar NESTLÉ®
- 1 Taza de hielo

Preparación

- 1.- Junta en el jarro de una juguera la leche SVELTY® con el yoghurt batido sabor vainilla NESTLÉ®, añade el plátano cortado en trozos junto con la taza de manjar NESTLÉ®.
- 2.- Finalmente agrega los cubos de hielo y procesa a velocidad alta durante unos segundos hasta conseguir un batido licuado levemente espumoso. Vierte en vasos medianos y sirve de inmediato bien frío.



Dificultad:
Media



Porciones:
8



Tiempo:
15 minutos

Información Nutricional

Energía:	110 Kcal
Proteínas:	3.9 g
Grasa Total:	2.0 g
Colesterol:	0.0 mg
H. de Carbono:	19.3 g
Fibra Dietética:	0 g
Sodio:	69 mg