

**GALÃO COM BEBIDA VEGETAL** 1 porção**INGREDIENTES**

- 200 gramas de bebida de amêndoa Alpro **ou** 200 gramas de bebida vegetal de coco Kokosfir Gut Bio Aldi **ou** 200 gramas de bebida de soja Alpro Soya natural sem açúcar **ou** 1 copo de bebida de amêndoa Soy Pro Aldi (200 g)
- 1 unidade de bica / Café expresso (40 g)

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Tire o expresso e acrescente a bebida vegetal. Para fazer o efeito "degradê" que está na foto, verta o café perto da borda do copo, lentamente para que não se misture no leite. Mexa com uma colher alta e está pronto a beber!

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (240 g)	% DR
ENERGIA	27 kcal	64 kcal	3 %
PROTEÍNA	1 g	2 g	4 %
H. CARBONO	3 g	8 g	3 %
AÇÚCARES	3 g	8 g	9 %
Gordura	1 g	2 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	1 %
SÓDIO	21 mg	49 mg	2 %