





DALGONA COFFEE

 3 porciones

INGREDIENTES

- 10 gramos de endulzante sin calorías
- 3 cucharadas de café en polvo (6 g)
- 150 gramos de agua
- 180 gramos de leche alpura® extra proteína baja en grasa  180 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa ultrapasteurizada + proteína light  180 gramos de leche Lala® 100 sin lactosa reducida en grasa low carb  180 gramos de alimento líquido vegetal light birdman®  180 gramos de alimento líquido vegetal original birdman®
- Hielos al gusto

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Tritura con la función turbo el hielo con la leche hasta obtener la consistencia deseada.
- 2º Sirve la mezcla en un vaso. Lava el vaso de la thermomix y seca muy bien.
- 3º Coloca el azúcar, el café y el agua en el baso y coloca la mariposa. mezcla 1:30 /Vel 4.
- 4º Sirve la mezcla sobre la leche.
- 5º *Créditos a quién corresponda.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (195 g)	% DDR
ENERGÍA	16 kcal	32 kcal	2 %
GRASA	0 g	1 g	1 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
COLESTEROL	–	–	–
SODIO	46 mg	89 mg	4 %
H. CARBONO	2 g	3 g	1 %
AZÚCARES	1 g	1 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	1 %
PROTEÍNA	1 g	3 g	–