

CAPUCCINO PROTÉICO

INGREDIENTES

- 200 gramas de leite de vaca desnatado
- 10 gramas de café solúvel capuccino
- 1 sachê de whey protein concentrado sabor baunilha Dux Nutrition (30 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Aqueça o leite e reserve.
- 2º Misture o whey protein (pode usar sabores: doce de leite, caramelo, baunilha, capuccino, chocolate, milkshake de chocolate) com 1 colher de sobremesa de café solúvel ou com 100ml de de café coado.
- 3º Bater bem, pode usar uma coqueteleira para esse processo.
- 4º Sirva em seguida

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	80 kcal	4 %
CARBOIDRATOS	6 g	2 %
PROTEÍNA	11 g	15 %
GORDURA	1 g	2 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 %
SÓDIO	65 mg	3 %