Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



BEBIDAS · VEGANO

Smoothie de Nutella saludable

1 ración 131 kcal

Ingredientes

- **250ml** de leche de almendras
- **1 cucharadita** de crema de cacahuete
- **1 cucharadita** de cacao puro en polvo
- **½** plátano congelado en rodajas

POR RACIÓN

Proteínas	**4 g**
Grasas	**5,9 g**
Hidratos	**17 g**
Fibra	**3,1 g**

Elaboración

1. Ponemos todos los ingredientes en nuestro robot de cocina o batidora y trituramos hasta que no quede ni un grumo.
2. Servimos y a disfrutar

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya