Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



BEBIDAS · VEGETARIANO

Granizado o frappuccino de café o matcha

2h 1 ración

Ingredientes

- Café favorito
- Té matcha
- Leche o bebida vegetal favorita

Elaboración

1. Añade tu café favorito en una bolsa fit y ciérrala bien
2. O haz lo mismo con tu té matcha
3. Llévalo a congelar durante unas dos o tres horas
4. Sácalo y estrújalo
5. Sírvelo en un vaso bonito y añádele leche o tu bebida vegetal favorita
6. Si prefieres matcha, repite el proceso
7. Si te da sensibilidad, envuélvelo en un paño y sigue estrujando

RECOMENDACIONES

Se aconseja añadirle bebidas de coco y arroz a la versión de matcha.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion