XEF DE CASA



BEBIDAS · VEGANO

Piña colada

4 raciones 288 kcal

Ingredientes

- Piña
- Leche de coco o crema de coco
- Leche descremada
- Un par de hielos
- **8 oz** de ron

POR RACIÓN

Proteínas	**2,4 g**
Grasas	**11 g**
Hidratos	**16 g**
Fibra	**1,4 g**

Elaboración

1. Quitar la hojita de la piña y reservarla para decorar
2. Cortar las dos partes de los extremos de la piña
3. Quitar la corteza de la piña
4. Cortar la piña en cuartos y retirar el corazón
5. Reservar los triángulos de piña para decorar
6. Cortar la piña en cubos
7. Agregar la leche de coco o crema de coco y la leche descremada
8. Mezclar bien; si tienes batidora, usarla
9. Colar toda la mezcla
10. Colocar un par de hielos en el vaso
11. Verter la mezcla en el vaso
12. Agregar 8 oz de ron y remover

RECOMENDACIONES

Guardar las cáscaras de piña para preparar una infusión con jengibre.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de XEF DE CASA
cooknest.app/@xefdecasa · Instagram @xefdecasa