

Smoothies tropicais gelados

Bebidas —   10 min  4 pessoas

chef.continente.pt/receitas/smoothies-tropicais-gelados



Ingredientes

450 g de mix tropical Continente
1 l água
6 c. sopa de açúcar amarelo Continente
1 chávena de sumo de laranja 100% Continente Equilíbrio
1 limão (raspa)
2 c. sopa de hortelã picada
Açúcar para decorar q.b.

Confeção

1. Coloque todos os ingredientes num liquidificador e triture até obter um smoothie bem suave.
2. Passe os bocais de 4 copos baixos por água e em seguida por açúcar, para decorar.
3. Sirva o smoothie de imediato nos copos.