



## Kawa mrożona

★★★★★ (19)

10 minut

1 osoba

łatwy

### Wartości odżywcze

**134 kcal** / 1 porcję (315 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność <b>42.63 kcal</b> 2.13%	Białko <b>2.38 g</b> 4.76%	Węglowod. <b>4.97 g</b> 1.84%	Tłuszcze <b>1.28 g</b> 1.83%	Błonnik <b>0.95 g</b> 3.8%	<b>GDA</b> <b>2.13 %</b>
--	----------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------



### Składniki

- Kawa rozpuszczalna - 10g
- Woda mineralna niegazowana - 25g (¼ szklanki)
- Kruszony lód - 75g (½ szklanki)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200g (¾ szklanki)
- Cukier brązowy - 5g (łyżeczka)



### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Zaparz kawę. Następnie przelej ją do kostek lodu, dodaj mleko i cukier trzcinowy. Zmiksuj za pomocą ręcznego blendera.

**KROK 2:** W razie potrzeby konsystencję reguluj wodą mineralną.

**KROK 3:** Przelej do wysokiej szklanki. Udekoruj według upodobania.

Smacznego!

