

## RECEITINHAS

### Shake de Abacate e Mel

#### Ingredientes

3 colheres (sopa) de NUTREN® Kids Baunilha  
meia xícara (chá) de abacate picado (cerca de 90g)  
1 fatia de melão picado (cerca de 115g)  
meia colher (sopa) de mel

#### Modo de Preparo

Em um liquidificador, bata todos os ingredientes com meia xícara (chá) de água gelada. Sirva.

**Rendimento:** 1 porção

**Categoria da Receita:** Brunch/Lanche

**Tipo de Prato:** Bebidas

**Tempo de Preparo:** 5 min.

**Tempo Total de Preparo:** 5 min.

**Nível de Dificuldade:** Fácil

**Custo:** \$ - Baixo

**Dica:** Se desejar tornar o shake ainda mais nutritivo, acrescente 1 colher (chá) de linhaça triturada à receita.

