

MILK SHAKE DE VAINILLA



Ingredientes para 4 comensales

Helado de vainilla:	4 Bolas (200 gr.)
Piñones:	75 g
Agua fría	190 ml
Pediasure Polvo-Sabor vainilla:	5 medidas

Preparación

1. Batir los piñones con el **PediaSure** Polvo (El PediaSure previamente lo habremos mezclado con el agua y agitado hasta su completa disolución). Batir hasta que no se note la textura de los frutos secos.
2. Repartirlo en 4 vasos o copas.
3. Añadir 1 bola de helado a cada copa.
4. Servir cuando el helado se está fundiendo.

Opciones y características

- Si se desea, se puede batir todo a la vez; es decir los piñones el PediaSure Polvo y el helado. En ese caso nos quedará como un batido.
- Podemos variar el helado y elegir de fresa, nata o chocolate. Los tres quedarán muy bien.

Valoración nutricional (por ración)

Energía:	228,75 Kcal
Proteína:	5,025 g
Lípidos:	16,5 g
Carbohidratos:	15,05 g