

Batido de Calabaza

Sirve: 6 porciones

Esta es una receta de un refrescante batido que utiliza calabaza enlatada baja en sodio, y bananas maduras.

Ingredientes

- 1 lata** calabaza baja en sodio (fría, aproximadamente 15 onzas)
- 1 lata** leche evaporada baja en grasa (fría, 12 onzas)
- 1 1/2 tazas** jugo de naranja
- 1** banana (pequeña, en rodajas)
- 1/3 taza** azúcar morena (compacta, o 1/3 taza de azúcar regular)
- 2** docena de cubos de hielo (si lo desea)
- 2 cucharaditas** canela molida (si lo desea)

Preparación

1. Coloque la calabaza, leche evaporada, jugo de naranja, banana y azúcar en la licuadora.
2. Cubra y licue hasta que quede homogénea.
3. Si va a usar hielo, vierta la mezcla sobre el hielo. Si va a usar canela agregue también.

Recipe provided by Verybestbaking.com.

