

# Frullato al caramello

## Ingredienti per 1 frullato

- 1 busta di **Glycosade**® (60g)
- 150 ml bevanda vegetale di mandorle senza zuccheri aggiunti
- 2-3 cucchiaini di sciroppo tipo topping al gusto caramello senza zuccheri (ad esempio Topping Zero+ Toschi al gusto caramello)

## Preparazione

1. Versare la bevanda vegetale di mandorle e il topping al caramello in uno shaker.
2. Aggiungere la busta di **Glycosade**® e mescolare fino a quando la polvere non sarà ben diluita.
3. Versare il contenuto in un bicchiere.

**Consigli.** Per una diluizione più efficace del **Glycosade**®, utilizzare un frullatore a tazza (blender). Versare nel boccale prima i liquidi e poi la polvere.

Per ricetta

<b>Energia</b>	267 kcal
<b>Proteine</b>	0,6 g
<b>Carboidrati</b>	65,3 g
<b>Di cui zuccheri</b>	0,1 g
<b>Lipidi</b>	1,6 g
<b>Fibre</b>	4,8 g

