

# Batido vegetal rico en proteína



## Ingredientes (para 1 ración)

- 100 g de bebida vegetal de soja
- 30 g de melocotón o pera en almíbar
- 80 g de yogur vegetal de soja
- 50 g de alubias blancas cocidas en conserva
- 10 g de avellanas peladas
- Canela en polvo

## Elaboración

1. Escurrir bien las alubias y el melocotón en almíbar. Disponer en un recipiente alto junto con el resto de ingredientes.
2. Triturar hasta que quede bien fino, y servir el batido frío.