

VITAMINA NUTRITIVA

INGREDIENTES

- 2 copos de leite gelado
- 1/2 mamão pequeno
- 1 banana madura
- 1 maçã
- 1 colher (sopa) de açúcar

MODO DE PREPARO

Lave, descasque e pique as frutas

No liquidificador bata o leite juntamente com as frutas por aproximadamente 2 minutos

Acrescente o açúcar e bata novamente

Está pronta a vitamina nutritiva

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/7760-vitamina-nutritiva.html>