VITAMINA DE BANANA FITNESS

INGREDIENTES

1 banana

1/2 pote de iogurte natural

2 colheres (sopa) de aveia

250 ml de leite

MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador; se preferir, adicione mais leite

Rende dois copos de vitamina

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/10803-vitamina-de-banana-fitness.html