

VITAMINA QUENTE

INGREDIENTES

250 ml de leite de soja

100g de polpa de fruta congelada

1 colher (sobremesa) de proteína em pó

1 colher (sopa) de gérmen de trigo

1 colher (café) de açafrão

1 colher (café) de canela

1 colher (café) de xilitol

MODO DE PREPARO

Em uma leiteira, junte o leite de soja e a polpa de fruta congelada.

Coloque para ferver em fogo alto, mexendo sempre.

Assim que levantar fervura, desligue o fogo.

Deixe descansar por uns 5 minutos (para não danificar o copo do seu liquidificador).

Despeje o conteúdo da leiteira no liquidificador.

Junte os outros ingredientes e bata por alguns segundos.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13019-vitamina-quente.html>