

SMOOTHIE DE MORANGO NATURAL

INGREDIENTES

180 ml de leite

1 xícara de morangos congelados

120 ml de iogurte natural

2 colheres (sopa) de aveia em flocos finos

1 colher (chá) de mel ou açúcar mascável

1 colher de leite ninho

MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes até ficar tudo homogêneo

Se ficar muito cremoso adicione mais leite

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13146-smoothie-de-morango-natural.html>