YOUGURTE NATURAL VEGANO

INGREDIENTES

2 bananas

1 maça

1/3 da garrafinha do leite de coco

1/2 de uma xicara de castanhas ou nozes moidas/picadas

2 colheres de açúcar (opcional)

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador a banana e a maçã até que elas virem um creme homogêneo

se quiser, adicione o açúcar

Coloque o leite de coco e em seguida as castanhas ou nozes

Bata novamente no liquidificador até que fique consistente

Depois, passe a mistura para um recipiente de sua escolha, e deixe por 20 minutos na geladeira

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13249-yougurte-natural-vegano.html