

MINGAU DE CAFÉ, BANANA & CHOCOLATE

INGREDIENTES

1 colher (sopa) de aveia (flocos finos ou grosso, você quem decide)

1 scoop de whey sabor Chocolate

1 xícara (café) de café (o café que vc faz de manhã mesmo. Ao invés de colocar água pra fazer o mingau eu coloquei o nosso cafezinho de todo dia)

1 banana amassadinha

MODO DE PREPARO

Misture tudo muito bem

Coloque no micro-ondas de 2 a 3 minutos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13831-mingau-de-cafe-banana-chocolate.html>