

VITAMINA DE MAÇÃ, AVEIA E MEL

INGREDIENTES

1 maçã

1 colher (sopa) de aveia

1 colher (sopa) de mel

1 copo de 200 ml de leite integral ou desnatado

MODO DE PREPARO

No liquidificador bata bem todos os ingredientes.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15554-vitamina-de-maca-aveia-e-mel.html>