

SALADA DE FRUTAS ZERO LACTOSE

INGREDIENTES

1 mamão médio

1 manga tommy média

3 bananas prata

1 pêra média

1 abacate médio

2 ameixas frescas

1 maçã grande

300 ml de leite de coco fresco

adoçante estévia a gosto

MODO DE PREPARO

Corte todas as frutas em padrão pequeno, use uma tigela grande e acrescente o leite de coco.

misture tudo e coloque o adoçante a gosto.

Sirva gelado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15732-salada-de-frutas-zero-lactose.html>