

SALADA DE FRUTAS ZERO LACTOSE

INGREDIENTES

1 mamão médio
1 manga tommi média
3 bananas prata
1 pêra média
1 abacate médio
2 ameixas frescas
1 maçã grande
300 ml de leite de côco 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>