

# MINGAU DE AVEIA

## INGREDIENTES

1 banana caturra ou branca (qual preferir)

2 colheres (sopa) de aveia em flocos

1 colher (sopa) de açúcar mascavo

leite integral

## MODO DE PREPARO

Em uma leiteira ou panela que preferir, esmague a banana.

Acrescente o açúcar e a aveia.

Coloque leite até cobrir ( não coloque muito).

Leve ao fogo médio, e deixe até borbulhar.

Se quiser pode picar uma frutinha e colocar junto, depois de pronto.

Caso contrário pode ser puro.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16308-mingau-de-aveia.html>