

CANJICA COM MENOS CALORIAS

INGREDIENTES

400 g de milho cozido

3 colheres de adoçante em pó

5 colheres de de leite em pó

250 ml de água

MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingrediente no liquidificador (por último o adoçante).

Bata por 10 minutos e depois peneire.

Leve essa mistura a o fogo médio por 10 minutos.

Espere esfriar e sirva com ou sem canela.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16462-canjica-com-menos-calorias.html>