

BEIJINHOS FIT

INGREDIENTES

6 colheres (sopa) de leite em pó desnatado

15 gotas de adoçante da sua preferência

1 colher (sopa) de farelo de aveia (opcional)

4 colheres (sopa) de coco ralado sem açúcar

leite líquido desnatado para dar ponto, mais ou menos 4 colheres (sopa)

caravos dá índia para enfeitar

coco ralado para enrolar

MODO DE PREPARO

Coloque em uma tigela o leite em pó, o adoçante, as gotas de baunilha, o farelo de aveia, o coco ralado e o leite líquido desnatado.

Amasse bem com as mãos.

Depois coloque o coco para enrolar em um prato.

Separe as bolinhas e passe no coco, não precisa untar a mão pois não gruda.

Enfeite com cravos dá índia e pronto, fica uma delícia e você não sai da dieta.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19323-beijinhos-fit.html>