

IOGURTE FUNCIONAL

INGREDIENTES

1 pote de iogurte natural

1 colher (sopa) de linhaça

1 colher (sopa) de chia

1 colher (chá) de uva-passas

adoçante a gosto

canela em pó a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque em um recipiente o iogurte, adoce e adicione a linhaça, a chia e misture.

Adicione a canela e misture novamente.

Decore com as uvas-passas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/21083-iogurte-funcional.html>