

VITAMINA DE BANANA PROTEICA

INGREDIENTES

3 bananas

2 copos grandes de água

4 colheres de leite em pó

2 scoop de whey (sabor de sua preferência)

6 colheres de aveia

2 colheres de açúcar

2 colheres de chocolate em pó

1 colher (chá) de canela

MODO DE PREPARO

Bata tudo no liquidificador durante 2 minutos e sirva com gelo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22295-vitamina-de-banana-proteica.html>