

VITAMINA DE BANANA PROTEICA

INGREDIENTES

- 3 bananas
- 2 copos grandes de água
- 4 colheres de leite em pó
- 2 scop 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>