

BATIDA TROPICAL

INGREDIENTES

- 1 banana prata (a gosto)
- 1 maçã
- 1/2 mamão pequeno
- 200 ml de leite
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- aveia e linhaça (se desejar)

MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter uma mistura homogênea.

Se desejar, adicione gelo ou consuma em temperatura ambiente.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24945-batida-tropical.html>