

VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E LARANJA

INGREDIENTES

3 bananas grandes

1 mamão

2 laranjas

3 copos de leite

MODO DE PREPARO

Descasque as bananas e corte-as em rodelas grandes.

Retire a casca e as sementes do mamão e corte-o em cubos grandes.

Corte as laranjas ao meio e esprema-as.

Em um liquidificador, adicione os ingredientes já cortados, o suco da laranja o leite e bata bem até que todas as frutas estejam trituradas.

Agora é só servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25178-vitamina-de-banana-com-mamao-e-laranja.html>