

# PICOLÉ DE BANANA E MIRTILOS, RÁPIDO, FÁCIL E SAUDÁVEL

## INGREDIENTES

3 bananas

1/2 xícara de mirtilos

2 copos de iogurte natural (350 g)

4 colheres (sopa) de leite condensado

2 colheres (sopa) de leite de coco

## MODO DE PREPARO

Coloque tudo no liquidificador e bata até ficar homogêneo.

Coloque em copinhos descartáveis.

Coloque um palito de picolé no centro do copinho.

Leve ao freezer por 4 horas ou até ficar totalmente congelado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28491-picole-de-banana-e-mirtilos-rapido-facil-e-saudavel.html>