

SMOOTHIE DE MELANCIA COM IOGURTE

INGREDIENTES

2 xícaras de melancia congelada, picada e sem semente

1 banana

1/2 copo de iogurte natural

folhinhas de hortelã, se desejar

MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingredientes no liquidificador.

Vá batendo aos poucos, misturando com uma colher para facilitar, até ficar cremoso.

Se desejar um consistência mais líquida, coloque um pouco de leite.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31196-smoothie-de-melancia-com-iogurte.html>