PANQUECA PROTEICA

INGREDIENTES

2 ovos

1 scoop de whey protein

1 banana

óleo de coco

MODO DE PREPARO

Amasse a banana, quebre os ovos e bata

Em uma frigideira antianderente, coloque um fio de oléo de coco

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3451-panqueca-proteica.html