

FALSO SHAKE DIET

INGREDIENTES

1 colher sopa de pó para pudim zero (sabor de sua preferência)

200 ml de leite desnatado

adoçante a gosto

essência de baunilha, noz moscada e canela em pó a gosto

5 cubos de gelo

MODO DE PREPARO

Com a metade do leite, misture o pó para pudim, adoçante, essência de baunilha, noz moscada e canela em pó, reserve.

Leve a outra metade do leite para ferver. Quando levantar fervura, adicione a mistura reservada e vá mexendo até engrossar, mas não deixe ficar muito grosso. Retire do fogo. Coloque essa mistura numa shakeira juntamente com os cubos de gelo e agite bem.

Sirva-se.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35640-falso-shake-diet.html>