

VITAMINA DE MAMANGAMEL

INGREDIENTES

- 12 mamão papaia picado
- 1 xícara (chá) de manga picada com casca
- 12 xícara (chá) de ramas de cenoura
- 2 xícaras (chá) de leite
- 2 colheres (sopa) de mel

MODO DE PREPARO

Retire as sementes e a casca do mamão.

Bata no liquidificador com os demais ingredientes.

Coe e sirva gelado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36949-vitamina-de-mamangamel.html>