SALADA DE FRUTAS SAUDÁVEL

INGREDIENTES

2 maçãs

2 tagerinas

12 uvinhas verdes (opcional a quantidade)

1/4 da manga em cubinhos

1/2 laranja

1 saquinho de flocos de aveia da nestlé

MODO DE PREPARO

Pegar 4 taças bem bonitas e pegar as colheres, deixar separado.

Pegar as frutas e cortar em cubinhos (menos a laranja).

Quando terminar de cortar as frutas em cubinhos colocar misturada em cada taça e depois espremer a 1/2 laranja e derramar um pouquinho de suco em cada taça para hidratar.

Depois de terminar coloque um pouco de floco de aveia em cada taça para dar o sabor!

Bom apetite!

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/44756-salada-de-frutas-saudavel.html