PARFAIT DE IOGURTE COM AVEIA, MEL E MORANGOS

INGREDIENTES

1 copo de iogurte natural ou sabor baunilha

⅓ de xícara de aveia

1 colher de sopa de mel

6 a 8 morangos fatiados

MODO DE PREPARO

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma forma, espalhe a aveia e leve ao forno por uns 15 minutos, mexendo algumas vezes.

Retire do forno e misture com o mel.

Em uma taça ou copo pequeno, coloque ⅓ do iogurte, ⅓ dos morangos fatiados e ⅓ da aveia com mel.

Repita a operação mais duas vezes e está pronto o seu café da manhã.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46020-parfait-de-iogurte-com-aveia-mel-e-morangos.html