

# MÜSLE

## INGREDIENTES

1 punhado de passas  
Suco de 1 laranja  
2 maçãs  
2 iogurtes  
6 colheres (cheias) de aveia  
1 punhado de nozes  
1 colher cheia de mel  
frutas a gosto (quais quiser)

## MODO DE PREPARO

Em uma tigela média, coloque as maçãs, as passas, o suco de laranja, as nozes os iogurtes, a aveia as frutas e o mel.

Sirva a seguir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47924-musle.html>