IOGURTE DE LIMÃO DIET

INGREDIENTES

1 embalagem de gelatina sabor limão

3 xícaras de chá de leite desnatado

1 copo de iogurte natural desnatado

MODO DE PREPARO

Dissolva a gelatina em 1 xícara (chá) de água fervente (200 ml).

Em uma tigela misture o leite com o iogurte, acrescente a gelatina dissolvida.

Leve à geladeira por aproximadamente 4 horas antes de servir para adquirir consistência.

Sirva em taças com granola e frutas (opcional).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51012-iogurte-de-limao-diet.html