

# VITAMINA DE MAMÃO COM LINHAÇA

## INGREDIENTES

- 1 mamão médio
- 2 colheres de açúcar
- 1 colher (sopa) farelo de linhaça
- 500 ml de leite ou até a metade do liquidificador.

## MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador por alguns segundos e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51724-vitamina-de-mamao-com-linhaca.html>