

VITAMINA DE BANANA FORTIFICANTE

INGREDIENTES

1 banana média

250 ml de leite desnatado

6 bolachas tipo maisena (de preferência a marca mais conhecida)

2 colheres de aveia em flocos

1 colher de mel (ou açúcar)

Cubos de gelo

MODO DE PREPARO

Bater todos os ingredientes no liquidificador.

Servir bem gelado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55833-vitamina-de-banana-fortificante.html>