

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.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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