

# VITAMINA DE PÊRA

## INGREDIENTES

1 pera

1 colher de linhaça

1 colher de aveia

Adoçante a gosto

## MODO DE PREPARO

Bater todos os ingredientes no liquidificador.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55937-vitamina-de-pera.html>