

Vitamina de Aveia Nutritivo

www.receitasdafia.com/receitas/vitamina-de-aveia-nutritivo

Aprenda a fazer uma vitamina muito nutritiva e saborosa com frutas deliciosas e com a aveia que carrega fibras e ressalta o sabor.

Mitamina de Aveja Mutritivo



Ingredientes

- 180 ml de água fria
- 2 colheres (sopa) de leite em pó
- 3 morangos
- 2 colheres (sopa) de banana picada
- 1 colher (sopa) de farelo de aveia

Modo de Preparo

- 1. Em um liquidificador, bata todos os ingredientes.
- 2. Sirva imediatamente.

www.receitasdafia.com