



## Vitamina de Aveia Nutritivo

[www.receitasdafia.com/receitas/vitamina-de-aveia-nutritivo](http://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.

Vitamina de Aveia Nutritivo

 5 min

 1 porção

### 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](http://www.receitasdafia.com)