

VITAMINA DE BANANA FITNESS

INGREDIENTES

- 1 banana
- 1/2 pote de iogurte natural
- 2 colheres (sopa) de aveia
- 250 ml de leite

MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador; se preferir, adicione mais leite

Rende dois copos de vitamina

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/11238-vitamina-de-banana-fitness.html>