

# VITAMINA DE BANANA MAÇÃ E MAMÃO

## INGREDIENTES

- 1/2 mamão picado
- 1 banana picada
- 1/2 maçã sem casca
- 200 ml de leite

## MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingredientes em um liquidificador

Sirva gelado

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/6488-vitamina-de-banana-maca-e-mamao.html>