

DOCE DE ABÓBORA VEGANO E DIET

INGREDIENTES

500 g de abóbora cozida no vapor ou água filtrada

100 ml de leite de coco

50 g de coco ralado

cravo da índia a gosto

1 pitada de canela em pó (a gosto)

2 colheres (sopa) de adoçante culinário em pó

MODO DE PREPARO

Amasse a abóbora cozida até virar um purê

Ponha todos os ingredientes em uma panela e leve ao fogo

Mexa por cerca de 5 minutos para os ingredientes encorparem

Disponha o doce de abóbora em uma tigela de vidro

Deixe esfriar e guarde na geladeira

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/9210-doce-de-abobora-vegano-e-diet.html>