

Vitamina de banana com aveia

🕒 Preparação 5 minutos ● Total 5 minutos 1 porção

Ingredientes

ou

100 gramas de leite de vaca desnatado

ou

1 unidade grande, d'Água de banana [90 g]

ou

1 colher de sopa de farelo de aveia sem glúten Mundo Verde Seleção (10 g)

ou

1 pitada de canela

Método de preparo

1

Misture todos os ingredientes no liquidificador e bata por 2 minutos.