



PREPARAÇÃO



GELEIA DE MORANGO COM MAÇÃ E BANANA (SEM AÇÚCAR)



INGREDIENTES

- . 1 BANDEJA DE MORANGOS ORGÂNICOS;
- . 1 MAÇÃ;
- . 1 BANANA NANICA.

MODO DE PREPARO

HIGIENIZE OS MORANGOS E PIQUE-OS GROSSEIRAMENTE (SE NÃO QUISER PEDAÇOS NA GELEIA, PIQUE EM PEDAÇOS MENORES).

PROCESSE OU BATA A MAÇÃ NO LIQUIDIFICADOR (COLOQUE ÁGUA SE NECESSÁRIO, APENAS O SUFICIENTE PARA BATER).

EM UMA PANELA, JUNTE OS MORANGOS E A MAÇÃ, COZINHE EM FOGO BAIXO ATÉ CHEGAR EM UMA CONSISTÊNCIA DE GELEIA. ENQUANTO ISSO, COZINHE A BANANA (COM CASCA) EM UMA PANELA COM UM POUCO DE ÁGUA, ATÉ AMOLECER. DEPOIS DE COZIDA, ESPERE A BANANA ESFRIAR UM POUCO, DESCASQUE E PROCESSE OU BATA NO LIQUIDIFICADOR.

PO FIM, JUNTE A GELEIA COM A BANANA PROCESSADA E MISTURE BEM. ESPERE ESFRIAR E SIRVA.

O.B.S.: CONSERVE NA GELADEIRA POR ATÉ 3 DIAS.



céu de Brasília
EDUCAÇÃO INFANTIL

CONFIRA MUITAS OUTRAS RECEITAS NA NOSSA PÁGINA
WWW.ESCOLACEUDEBRASILIA.COM.BR