

# PAPAS DE AVEIA FIT



## CONFEÇÃO

1. Colocar todos os ingredientes na taça com o acessório misturador e programar Vel.4/90°C/8,5min;

---

2. Colocar em taças e polvilhar com canela;

---

4. Nota: Rende 3 doses. Pode ser guardado no frigorífico. Aquecer no micro-ondas antes de servir.

---

---

---

## INGREDIENTES

- 600ML DE LEITE MAGRO
- 75R DE AVEIA
- 96ML DE CLARA DE OVO (+/- 3 CLARAS)
- CASCA DE ½ LIMÃO
- CANELA Q.B.
- ADOÇANTE Q.B.