

PAPA COM GLUTEN - CEVADA E QUINOA - 6 MESES



CONFEÇÃO

1. Lâmina ultrablade

2. Colocar os ingredientes. Na taça. Programar velocidade 4, 100° , 18 minutos. No fim triturar na velocidade 12 por 2 minutos ou até ficar homogêneo. Deixar arrefecer e guardar no frigorífico ou congelar.

INGREDIENTES

- 2 COLHERES SOPA FLOCOS DE CEVADA
- 2 COLHERES SOPA FLOCOS DE QUINOA
- 400 ML ÁGUA
- 1 MAÇÃ PARTIDA AOS PEDAÇOS