

# PAPA SEM GLÚTEN- AVEIA E QUINOA (6 MESES)



## CONFEÇÃO

1. Lâmina ultrablade

---
2. Colocar os ingredientes na taça. Programar velocidade 4, 100° , 18 minutos.

---
3. No fim triturar na velocidade 12 por 2 minutos ou até ficar homogêneo.

---
4. Deixar arrefecer e guardar no frigorífico ou congelar.

---

## INGREDIENTES

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