

PAPA COM GLÚTEN- AVEIA E ESPELTA (6 MESES)



INGREDIENTES

- 2 COLHERES SOPA FLOCOS DE AVEIA
- 2 COLHERES SOPA FARINHA DE ESPELTA
- 400 ML ÁGUA
- 1 PÊRA PARTIDA AOS PEDAÇOS

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.
