



CRECHE ESCOLA SEMENTINHA
SÃO LUIS: 08/06/2021
PRÉ- ESCOLA I - PROFESSORAS: OLÍVIA E SANIA

VITAMINA DE ABACATE



❖ INGREDIENTES:

- 1 ABACATE;
- 2 XÍCARAS DE LEITE;
- AÇÚCAR A GOSTO.



❖ MODO DE PREPARO:

- LAVE O ABACATE;
- CORTE-O AO MEIO E DESPREZE O CAROÇO;
- RETIRE A POUÇA E COLOQUE-A NO LIQUIDIFICADOR COM O LEITE E O AÇÚCAR;
- BATA ATÉ A MISTURA FICAR CREMOSA.

AGORA É SÓ PROVAR ESSA DELÍCIA!!!