# Receita de Gelado de Banana e Manteiga de Amendoim

Quer transformar a sua cozinha numa verdadeira fábrica de felicidade, com uma receita que vai fazer o seu coração bater mais forte? Aprenda a fazer a **receita de Gelado de Banana e Manteiga de Amendoim.**

Prepare-se para uma combinação irresistível da doçura natural da banana e a cremosidade tentadora da manteiga de amendoim. Este gelado é como uma festa na boca que nunca mais vais querer que acabe.

E o melhor de tudo? Esta receita é tão fácil de fazer que até a pessoa com menos habilidades do mundo para culinária a poderia fazer. Com apenas alguns ingredientes simples e um toque de criatividade, vai criar uma sobremesa deliciosa. Prepare-se para uma experiência gelada que vai derreter o coração de quem a comer. Vamos começar?

## Aprenda a fazer a receita Gelado de Banana e Manteiga de Amendoim

**Ingredientes (para 4 pessoas)**

3 bananas cortadas às rodelas e congeladas.

2 colheres de sopa de manteiga de amendoim.

**Modo de preparação**

Coloque, num liquidificador, as bananas congeladas e a manteiga de amendoim e triture bem. De seguida, coloque o preparado num recipiente e leve ao congelador.

Nota: Deixe solidificar bem. Nós sabemos que é difícil de resistir a esta delícia, mas é importante que o gelado solidifique antes de ser devorado.

**Informação Nutricional (100g):**

Energia: 169 kcal

Proteína: 5 g

H. Carbono: 21g

Gordura: 7g

Fibra: 4g

# Apanhe boleia com o Rodinhas!

O Rodinhas é um serviço especializado de transporte de crianças que tem dois superpoderes: o superpoder de proporcionar uma viagem segura e divertida às crianças e o superpoder de dar aos adultos mais tempo livre.

Conte connosco para levarmos os mais pequenos à escola, a atividades extracurriculares ou a eventos e ganhe mais tempo para si. Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes!