Receita de gelado de framboesa

Em família, na cozinha, os momentos são sempre bem passados. Envolver os mais pequenos nas suas receitas permite criar memórias boas e, por vezes, engraçadas. Junte os mini chefs aí de casa na cozinha e mãos à obra para uma nova receita do Rodinhas de **gelado de framboesa**.

Aprenda a fazer gelado de framboesa

Ingredientes:

4 bananas cortadas às rodelas e congeladas
200 g de framboesas congeladas
2 colheres de sopa de iogurte grego natural

Modo de preparação:

Para fazer um saboroso gelado de framboesa, coloque todos os ingredientes num processador potente de alimentos.

Nota importante: a fruta deve ser triturada ainda congelada.

Depois, é só servir de imediato, a gosto. Com uma folhinha de hortelã ou o que achar que faz uma boa combinação. Agora, é só desfrutar em família.

Informação nutricional (100g):

Energia: 81 kcal
Proteína: 9 g
Hidratos de carbono: 15 g

Gordura: 1 g

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!