

Receita: Leite com banana e maçã

Para 10 porções (180ml)

Ingredientes:

- 270g de banana nanica ou prata madura (4 unidades)
- 180g de maçã (3 unidades)
- 290g de leite em pó integral (1 e 1/2 caneca)
- 1 litro de água filtrada (medir na jarra graduada)



Modo de preparo:

1. Lave as bananas e as maçãs e reserve.
 2. Esterelize as maçãs conforme o Manual de Boas Práticas da Unidade.
 3. Numa jarra, dilua o leite em pó com a água.
 4. Descasque e pique as bananas.
 5. Pique as maçãs com a casca.
 6. Coloque todos os ingredientes no liquidificador e bata até ficar cremoso.
5. Porcione e sirva a seguir.

Dicas:

Utilize especiarias em pequenas quantidades para dar um toque especial! Pode ser canela em pó, cumaru ralado ("baunilha" da amazônia), cravo em pó, outros.

Tempo de preparo: 20 minutos

Rendimento: 1800ml (1,8 litros)

Porcionamento:

180ml (1 a 3 anos e 11 meses)



200ml (4 a 6 anos)

