Smoothie de morango e banana

Ingredients

2 bananas

2 xícaras de chá de morangos

1/3 xícara de chá de iogurte natural bem consistente

Adoçante ou açúcar a gosto

Gelo a gosto

Preparo

Reúna todos os ingredientes;

Corte as bananas e os morangos em pedaços menores;

Em um liquidificador, coloque a banana, o morango, o iogurte, o gelo e bata bem. Caso precise, adicione um pouco de água para ajudar a bater;

Coloque o adoçante e bata somente para misturar;

Transfira o smoothie para uma jarra ou copos;

Sirva e aproveite!