Geladinho de Manga e Banana

PANELA DE VÓ

Geladinho de Manga e Banana

Estamos na primavera ainda, mas o calorzinho está uma delícia para tomar um suco gelado ou um sorvete. Então que tal experimentar um intermediário? Tipo um geladinho de frutas ou smootie como tem sido chamado pela geração X, Y,Z? É saudável e refrescante, pode ser degustado a qualquer hora do dia e você ainda pode fazer com as suas frutas favoritas!

A combinação de manga com banana é muito gostosa e fica bem docinho. Se quiser, adicione um pedaço pequeno de gengibre que ficará ainda mais refrescante. Experimente!

Ingredientes:

– 1 banana prata

– 1 manga (de sua preferência)

– 1/2 xícara de gelo picado

– 1 pedaço pequeno de gengibre

Modo de fazer:

1. Descascar e picar a manga, colocar num Tapperware com tampa e levar ao congelador por 2 horas.

2. Após esse tempo, retire a manga do congelador, coloque no liquidificador junto com a banana descascada e picada, o gelo e o gengibre, se desejar.

3. Bata até as frutas se incorporarem, coloque num copo e adicione um pouquinho mais de gelo picado.