

GRANOLA COM IOGURTE GREGO



Revista
Ago. | Set. 12

Fotos: Virgílio Rodrigues



5 min



Fácil

INGREDIENTES

- 1/4 granola de chocolate
- 4 colheres de iogurte grego
- 1 pitada de sementes de linhaça moídas Linwoods Flaxseed
- Frutos vermelhos frescos: morangos, amoras, framboesas, mirtilos
- Miolo de noz, canela em pó, mel e hortelã

PREPARAÇÃO

Lave as amoras, as framboesas, os mirtilos • Lave também os morangos e corte-os em quatro • Depois de escorridos, disponha-os numa primeira camada • Verta sobre eles o iogurte grego • Na camada seguinte coloque a granola e acrescente uma pitada de Lindwoods e um fio de mel • Disponha o miolo de noz e polvilhe com a canela em pó • No topo coloque uma folhinha de hortelã