



Receita da Semana

SUCO DETÓX VERDE

INGREDIENTES:

- 2 laranjas
- 3 folhas de couve
- 1 gengibre
- 1 litro de água

PREPARO:

Descasque as laranjas.

Corte-as em pedaços e tire as sementes.

Coloque no liquidificador.

Junte as folhas de couve bem lavadas e com talo.

Acrescente um pedacinho de gengibre.

Complete com o litro de água.

Bata tudo. Depois, coe, acrescente adoçante a seu gosto e sirva com muito gelo.

