

SUCO DE MARACUJÁ COM COUVE E GENGIBRE

INGREDIENTES

- 210 ml de suco de maracujá
- 1 folha média de couve crua (20 g)
- 1 colher (chá) de gengibre cru (2 g)
- 10 gramas de proteína vegetal em pó

MÉTODO DE PREPARO

1º Misturar tudo e liquidificar.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	61 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	13 g	4 %
PROTEÍNA	2 g	2 %
GORDURA	0 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	2 %
SÓDIO	25 mg	1 %