

**RECEITA SHOT QUEIMADOR DE GORDURA ORANGE** 1.6 Shots**INGREDIENTES**

- 1 colher de sopa cheia de cenoura picada ou ralada (12 g)
- 1/2 limão espremido
- 30ml de água
- 1 colher de café rasa de canela em pó
- 1 ponta de colher de café rasa de pimenta caiena em pó
- 1 colher de café de açafrão da terra

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture todos os ingredientes, se preferir pode-se usar um mixer, coe e tome em jejum pela manhã.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR SHOT (50 g)	% DDR
ENERGIA	36 kcal	18 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	11 g	5 g	2 %
PROTEÍNA	1 g	1 g	1 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	4 g	2 g	7 %
SÓDIO	5 mg	2 mg	0 %