



SHOT ENERGÉTICO.

 1 porção

INGREDIENTES

- 1 unidade de suco de limão-galego, cru [44 g]
- 3 gramas de canela em pó
- 1 colher de chá de condimento, gengibre, moído [2 g]
- 1 colher de chá de condimento, pimenta, vermelha ou caiena [2 g]

MÉTODO DE PREPARO

1º Coloque todos os ingredientes em um copinho com água gelada, misture bem e beba imediatamente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

| | POR 100 g | POR PORÇÃO [51 g] | % DDR |
|--------------------|-----------|-------------------|-------|
| ENERGIA | 60 kcal | 31 kcal | 2 % |
| CARBOIDRATOS | 17 g | 8 g | 3 % |
| PROTEÍNA | 1 g | 1 g | 1 % |
| GORDURA | 1 g | 1 g | 1 % |
| GORDURAS SATURADAS | 0 g | 0 g | 0 % |
| FIBRA ALIMENTAR | 5 g | 3 g | 10 % |
| SÓDIO | 5 mg | 3 mg | 0 % |