



SHOT DE GENGIBRE C/ VINAGRE DE MAÇÃ

Um shot poderoso para você iniciar o dia cuidando da sua saúde.

 5 minutos 5 minutos 1 porção

INGREDIENTES

- 50ml de água mineral natural ou 1 col de sopa de vinagre de maçã orgânico (10 g)
- 1 col de sopa de vinagre de maçã orgânico (10 g)
- 1 colher de café de gengibre em pó OU ralado na hora (3 g) ou 1 col de café de cúrcuma em pó OU ralada na hora (3 g)
- 20 gotas de extrato de própolis verde (1 g)
- 1 dosador de glutamina em pó (5 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misturar todos os ingredientes em um copo e tomar, em jejum, pela manhã.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (50 g)	% DDR
ENERGIA	0 kcal	0 kcal	0 %
CARBOIDRATOS	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	10 g	5 g	7 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	0 mg	0 mg	0 %