



DETOX 2

Suco alcalinizante total - favorece a neutralização e a eliminação de toxinas ácidas, geralmente produzidas em consequência de um estado inflamatório [Jorge Pamplona - 2016]

INGREDIENTES

- 1 folha média de couve manteiga crua [20 g] ou 100 gramas de espinafre cru
- 50 gramas de erva doce
- 1 fatia média de abacaxi (75 g)
- 2 folhas de hortelã, fresco (0 g)
- 100 gramas de água mineral natural

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture tudo e bata no liquidificador. Sugestão: consumir com polpa.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	23 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	5 g	2 %
PROTEÍNA	1 g	1 %
GORDURA	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	6 %
SÓDIO	22 mg	1 %