

SUCO DETOX DO CARLOS ANTÓNIO\CS

INGREDIENTES

- 1 unidade pequena de beterraba crua (80 g)
- 3 unidades pequenas de maçã Fuji com casca crua (240 g)
- 1 unidade grande de limão
- Boldo folhas frescas +ou - 5 folhas medias

MÉTODO DE PREPARO

1º adicionar todos os ingredientes ao liquidificador bater bem.

2º Coar

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	42 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	11 g	4 %
PROTEÍNA	1 g	1 %
GORDURA	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	6 %
SÓDIO	2 mg	0 %