

PRÉ-TREINO ENERGÉTICO (SOMENTE EM PÓ) - BETERRABA, GENGIBRE, GUARANÁ

 1 Porção

INGREDIENTES

- 5 gramas de beterraba
- 1 grama de gengibre em pó Mundo Verde Seleção
- 2 gramas de guaraná em pó Mundo Verde Seleção

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misture os pós em um recipiente seco até obter uma mistura homogênea.
- 2º 3. Consuma 30 a 45 minutos antes do treino.
- 3º Para consumir, dissolva a mistura em 200 mL de água gelada ou água de coco.
- 4º Consuma 30 a 45 minutos antes do treino.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (8 g)	% DDR
ENERGIA	27 kcal	2 kcal	0 %
CARBOIDRATOS	6 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	0 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	0 g	1 %
SÓDIO	49 mg	4 mg	0 %