

## Suco de espinafre e ameixa

● Total 10 minutos 1 porção

### Ingredientes

ou	ou
3 folhas de espinafre, cru (30 g)	1 colher de sobremesa de chia
ou	ou
Suco de 1 laranja	1/2 copo de água
ou	
8 unidades, sem caroço de ameixa seca (76 g)	

### Método de preparo

1  
Bata no liquidificador todos os ingredientes até ficar homogêneo e se sirva!