



ÁGUA AROMATIZADA CANELA, PEPINO, HORTELÃ

INGREDIENTES

- 1,5L Água
- 2 Paus de canela
- 10 folhas de hortelã [aumentar se gostar de intensificar o sabor]
- 1/2 unidade de pepino cru [135 g]

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Cortar o pepino às rodelas e colocar num recipiente com capacidade para 1,5L de água , juntamente com a canela e hortelã
- 2º Colocar a água a ferver numa chaleira e verter para a garrafa
- 3º Mexa durante alguns segundos a mistura , e deixe repousar
- 4º Beba quente ou frio !

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

| | POR 100 g | % DR |
|--------------------|-----------|------|
| ENERGIA | 1 kcal | 0 % |
| PROTEÍNA | 0 g | 0 % |
| H. CARBONO | 0 g | 0 % |
| AÇÚCARES | 0 g | 0 % |
| GORDURA | 0 g | 0 % |
| GORDURAS SATURADAS | 0 g | 0 % |
| FIBRA ALIMENTAR | 0 g | 0 % |
| SÓDIO | 9 mg | 0 % |