



SUCO DE LIMÃO COM GENGIBRE E HORTELÃ

 10 minutos 1 porção

INGREDIENTES

- 1 copo de água [250ml]
- 2 unidades de limão [120 g]
- gengibre e hortelã a gosto!

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Em um liquidificador, coloque a água, o suco de limão, o gengibre e as folhas de hortelã;
- 2º Bata até obter uma consistência homogênea;
- 3º Sirva em seguida!

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (372 g)	% DDR
ENERGIA	11 kcal	40 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	4 g	14 g	5 %
PROTEÍNA	0 g	1 g	2 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	1 g	6 %
SÓDIO	2 mg	7 mg	0 %