



SUCHÁ RELAX

INGREDIENTES

- polpa de 1 maracujá (100 g)
- 150ml de água
- 4 folhas médias de alface (40 g)
- 1 xícara de infusão de erva-cidreira
- gelo a gosto!
- 1 colher de chá de mel (3 g) - opcional

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Bata todos os ingredientes no liquidificador, coe (se quiser) e beba em seguida!

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	23 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	6 g	2 %
PROTEÍNA	1 g	1 %
GORDURA	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	8 %
SÓDIO	10 mg	0 %