



SHOT ANTI INFLAMATÓRIO 2

Ótimo opção com substâncias anti inflamatórias e antioxidantes para aliviar cólicas na endometriose e período menstrual

 1 porção

INGREDIENTES

- 1 colher de chá de cúrcuma em pó [3 g]
- 1 colher de sobremesa de mel de abelha [9 g]
- 1 colher de sopa de vinagre de maçã [10 g]
- 1 pitada de condimento, pimenta do reino [0 g]

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture todos o ingredientes em um copinho e tome 1x ao dia em jejum

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [22 g]	% DDR
ENERGIA	127 kcal	28 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	35 g	8 g	3 %
PROTEÍNA	0 g	0 g	0 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	3 mg	1 mg	0 %