



SHOT ANTI INFLAMATÓRIO 2

Ótima 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 os 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 %