

SHOT TERMOGÊNICO / COM CAIENA

emagrecimento

INGREDIENTES

- suco de 1/2 limão
- 1 colher de café pimenta caiena
- 1 colher de chá de mel (3 g)
- 1/2 colher de chá de gengibre em pó ou fresco ralado
- 1 colher de sopa de água morna

MÉTODO DE PREPARO

- 1º misturar bem todos os ingrediente e consumir em jejum

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	45 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	12 g	4 %
PROTEÍNA	1 g	1 %
Gordura	1 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	5 %
SÓDIO	2 mg	0 %