

Sopa antifúngica de abóbora

Super intestino

● Total 40 minutos 2 porções

Ingredientes

ou

1 xícara de abóbora japonesa

ou

1 colher de chá, folhas de condimento, tomilho, seco (1 g)

ou

1 colher de chá de condimento, cravo da Índia, moído (2 g)

ou

1 colher de sopa de casca de limão, crua (6 g)[raspa]

ou

4 dentes de alho, cru (12 g)

Método de preparo

1
Cozinhar tudo e bater no liquidificador. Tomar uma xícara no jantar, no início da refeição.

2
Cozinhar tudo e bater no liquidificador. Tomar uma xícara no jantar, no início da refeição.