

SUCO LIMÃO, GENGIBRE E HORTELÃ

 5 minutos 5 minutos 1 Copo

INGREDIENTES

- 2 unidades de limão tahiti cru (120 g)
- 1 colher de chá de gengibre, cru (2 g)
- 2 folhas de hortelã, fresco (0 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Retire o suco dos limões com auxílio de um espremedor e reserve. Bata todos os ingredientes no liquidificador, adicione gelo à gosto. Beber logo após o preparo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COPO (200 g)	% DDR
ENERGIA	33 kcal	65 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	11 g	22 g	7 %
PROTEÍNA	1 g	2 g	3 %
Gordura	0 g	0 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	2 g	10 %
SÓDIO	2 mg	3 mg	0 %