




SUCO DE CAPIM CIDREIRA

 5 minutos
 5 minutos
 2 porções

INGREDIENTES

- 1 colher de sopa de chá de capim cidreira Mundo Verde Seleção [2 g]
- 1 unidade de suco de limão, cru [48 g]
- 2 folhas de hortelã, fresco [0 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Prepare o chá em 200 ml de água, deixe esfriar. Em um liquidificador, coloque o suco de 1 limão, as folhas de hortelã, o chá gelado ou em temperatura ambiente, acrescente 200 ml de água gelada e bata. Sirva imediatamente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (200 g)	% DDR
ENERGIA	21 kcal	43 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	7 g	13 g	4 %
PROTEÍNA	0 g	1 g	1 %
CORDURA	0 g	0 g	1 %
CORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	1 g	3 %
SÓDIO	1 mg	2 mg	0 %