



EMAGRECER DETOX DE 10 MINUTOS

RECEITAS SMPLES E FÁCEIS EM
DEZ MINUTOS

DETOX DE 10 MINUTOS

**TODAS ESSAS 11 RECEITAS
DE SUCO DE
DESINTOXICAÇÃO LEVAM
CERCA DE 10 MINUTOS
PARA SEREM
PREPARADAS. ELES NÃO
PODERIAM SER MAIS
FÁCEIS: SIMPLEMENTE
COLOQUE TODOS OS
INGREDIENTES NO SEU
ESPRESSOR E SIRVA
GELADO!**

**ANTES DE TUDO LAVE BEM
OS INGREDIENTES.**

RECEITA - 1

HORTELÃ TROPICAL

ESTE SUCO TROPICAL LEVA VOCÊ DE VOLTA À PRAIA, NÃO IMPORTA A ESTAÇÃO. ALÉM DISSO, A HORTELÃ TORNA ESTA RECEITA RICA EM VITAMINA A, ENQUANTO O LIMÃO ADICIONA UM POUCO DE VITAMINA C À MISTURA.

INGREDIENTES:

**2 TALOS DE SALSÃO
1/2 PEPINO
2 XÍCARAS DE ESPINAFRE
3 XÍCARAS DE FOLHAS DE HORTELÃ
1 XÍCARA DE ABACAXI
1/2 LIMÃO**



MODO DE PREPARO:

COLOQUE TODOS OS INGREDIENTES NO SEU ESPREMEDOR. SIRVA GELADO.