

# NÉCTAR DE AMEIXAS, PÊSSEGOS E UVAS



## INGREDIENTES

- 200 G DE AMEIXAS
- 200 G DE NECTARINAS OU PÊSSEGOS
- 200 G DE UVAS BRANCAS
- 1 BANANA
- 1 L DE ÁGUA

## CONFEÇÃO

1. Lavar muito bem a fruta.

---
2. Retirar a casca à banana e as sementes às uvas. Manter a pele dos pêssegos, das ameixas e das uvas.

---
3. Cortar todas as peças em pedaços pequenos.

---
4. Colocar a fruta na taça, munida do acessório triturador (ultrablade) e adicionar a água.

---
5. Selecionar o programa "Sopas", P1, reduzindo o tempo para 30 minutos.

---
6. Coar, se necessário, e verter para um recipiente (com tampa) que possa ir ao frio.

---
7. Deixar arrefecer, tapar e conservar no frigorífico (aguenta 1 semana).

---