Bebidas

NÉCTAR DE AMEIXAS, PÊSSEGOS E UVAS

Receita de Fã
Fácil
30 Min.
8-10 Doses

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).