

SUMO DETOX DE PAPAIA



CONFEÇÃO

1. Descasque e corte em cubos a papaia e retire o sumo às laranjas.
2. Introduza a lâmina na taça do robot, junte a papaia, o sumo de laranja, o sumo de limão, o mel e o gengibre e ligue durante 1 minuto nas velocidades 3 a 12. Coloque nos copos e sirva de imediato.

INGREDIENTES

- 1 PAPAIA
- 2 LARANJAS
- 2 COLHERES (SOPA) DE MEL
- 1 COLHER (SOPA) DE SUMO DE LIMÃO
- 1 COLHER (CHÁ) DE GENGIBRE RALADO FRESCO