



## Bebida para baixar triglicérides

[www.receitasdafia.com/receitas/bebida-para-baixar-triglicerideos](http://www.receitasdafia.com/receitas/bebida-para-baixar-triglicerideos)

O suco de abacaxi e bagaço da laranja é ótimo pois possuem fibras solúveis que ajudam a diminuir a concentração de gordura na corrente sanguínea, contribuindo para baixar os valores de colesterol e triglicérides no sangue.

 10 min  1 porção

### Ingredientes

- 2 copos de água
- 2 rodelas de [abacaxi](#)
- 1 [laranja](#) com bagaço
- Suco de 1 [limão](#).

### Modo de Preparo

1. Bater todos os ingredientes no liquidificador.
2. Coar e beber diariamente, 2 vezes ao dia, de manhã e à noite.

[www.receitasdafia.com](http://www.receitasdafia.com)