

## Chá Gelado Refrescante

www.receitasdafia.com/receitas/cha-gelado-refrescante

O chá gelado de gengibre ajuda a fortalecer o sistema imunológico e desintoxicar o corpo, Experimente hoje essa delícia1

GháeGeladodRefrescante/n



## Ingredientes

- Suco de 2 limões
- 1 limão cortado em pedaços
- 3/4 de xícara de folhas de manjerição
- 5 fatias de gengibre
- 1 sachê de chá verde
- 3 colheres (chá) de mel (opcional)

## Modo de Preparo

- 1. Corte os limões ao meio e esprema o suco em uma jarra grande.
- 2. Em seguida, adicione pedaços de limão, gengibre fatiado e manjericão.
- 3. Despeje a água morna na jarra e misture com o mel.
- 4. Retire as metades de gengibre, manjerição e limão depois de deixar o líquido esfriar.
- 5. Caso queira, adicione um sachê de chá verde e deixe-o imerso na mistura por 2 minutos.
- 6. Sirva com cubos de gelo, se preferir bata no liquidificador com gelo.

www.receitasdafia.com