



RECEITAS DA FIA

Suchá para desintoxicar

www.receitasdafia.com/receitas/sucha-para-desintoxicar

Experimente fazer essa receita de Suchá de hibisco, Natural, refrescante e de baixa caloria. Confira a receita!

Suchá para desintoxicar

 10 min

 1 porção

Ingredientes

- [Chá de hibisco](#)
- 1 folha de [couve](#)
- 1 [maça](#)
- 1 [cenoura](#)
- 1 colher (chá) de [levedo de cerveja](#)
- Suco de 1 [laranja](#)
- 200 ml de água
- Gotas de [limão](#)

Modo de Preparo

1. Prepare o chá de hibisco com 50ml de água + 1 colher de sobremesa da erva seca .
2. Deixe descansando de 5 a 10 minutos.
3. Depois, bata tudo no liquidificador e consuma, de preferência, no mesmo dia.

www.receitasdafia.com