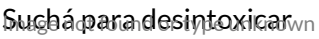
Suchá para desintoxicar

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

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



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.