

Suco de Hibisco com Maça e Limão

www.receitasdafia.com/receitas/suco-de-hibisco-com-maca-e-limao

Suco de hibisco com Maça e limão, ajuda a emagrecer e possui ação diurética. Veja como preparar!

Sugo de Hibisco, com Maça e Limão



Ingredientes

- 200 ml de água
- 2 colheres (sopa) de flor de hibisco
- 200ml suco de maçã
- 100ml de suco de limão
- folhas de manjericão (opcional)
- 1 pedacinho pequeno de gengibre

Modo de Preparo

- 1. Leve ao fogo a água.
- 2. Coloque a flor do hibisco, o gengibre tampe e deixe em infusão por 10 minutos. (Retire o pedaço de gengibre.)
- 3. Depois de frio, bata no liquidificador com o suco de maçã, o suco de limão e o manjericão.
- 4. Coe em uma peneira e guarde na geladeira.
- 5. Sirva gelado.

www.receitasdafia.com