



# RECEITAS DA FIA

## Suco de Hibisco com Maça e Limão

[www.receitasdafia.com/receitas/suco-de-hibisco-com-maca-e-limao](http://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!

Suco de Hibisco com Maça e Limão

 15min

 2 porções

### Ingredientes

- 200 ml de água
- 2 colheres (sopa) de flor de hibisco
- 200ml suco de maçã
- 100ml de suco de [limão](#)
- folhas de manjeriço (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 manjeriço.
4. Coe em uma peneira e guarde na geladeira.
5. Sirva gelado.

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