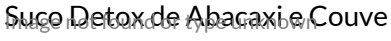
# Suco Detox de Abacaxi e Couve

www.receitasdafia.com/receitas/suco-detox-de-abacaxi-e-couve

Dê um up na sua vitalidade com nosso suco detox! Essa combinação poderosa é como um abraço revitalizante para desintoxicar o organismo. Sinta o frescor e aproveite cada gole desse gesto delicioso para cuidar de si!




10 min  2 porções

## Ingredientes

- 2 fatias de abacaxi congelado
  3 folhas de couve
- 3 rodelas de gengibre
- Chia a vontade
- 1/2 limão
- 200 ml de água (ou água de coco)

## Modo de Preparo

1. Coloque as folhas de couve, o gengibre, o abacaxi congelado, a chia, a água (ou água de coco) e o suco de limão no liquidificador
2. Bata por cerca de 5 minutos, até obter uma mistura homogênea e cremosa
3. Transfira o suco para um copo
4. Se preferir, adoce com mel
5. Sirva e aproveite!