



RECEITAS DA FIA

Suco Detox Refrescante

www.receitasdafia.com/receitas/suco-detox-refrescante

Delicioso e super refrescante, esse suco detox ajuda a desinchar e emagrecer. Por ter uma forte ação diurética, o gengibre contribui para a redução do peso.

Suco Detox Refrescante

 10 min

 1 porção

Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de [melancia](#) sem caroço, picada
- Suco de 1 limão
- 5 folhas de [hortelã](#)
- 1 fatia de [gengibre](#)
- Meia xícara (chá) de água

Modo de Preparo

1. Em um saco plástico, próprio para alimentos, coloque a melancia e leve ao freezer por cerca de 1 hora ou até congelar.(OPCIONAL)
2. Coloque em um liquidificador, adicione o suco de limão, a hortelã, o gengibre e a água e bata bem, até ficar homogêneo.
3. Sirva a seguir.

www.receitasdafia.com