Suco para Saúde do Estômago e do Coração

www.receitasdafia.com/receitas/suco-para-saude-do-estomago-e-do-coracao

Suco de uva com abacaxi, duas frutas que vai favorecer a saúde do coração, pois previne e diminui os riscos de infartos e acidente vascular cerebral, ambas contêm muita água e fibras que auxilia no processo digestivo, fazendo com que o intestino absorva facilmente os alimentos.

10 min 2 porções

Ingredientes

- 1 xícara de uva
- 1/2 abacaxi

Modo de Preparo

1. Lave bem as uvas, descasque o abacaxi e pique-o.
2. Passe as duas frutas (juntas) em um processador de alimentos e consuma o suco extraído.
3. Caso não tenha o processador, bata no liquidificador com um pouco de água e coe antes de servir.