



SUCO DE ABACAXI, HORTELÃ E LINHAÇA

INGREDIENTES:

1 xícara (chá) de abacaxi picado em cubos
1 colher (sopa) de semente de linhaça
1 xícara (chá) de folhas e talos de hortelã

PREPARO:

Bata tudo no liquidificador e sirva imediatamente.

62 calorias por porção.

www.receitas.unimedsaoroque.coop.br

Receita saudável para pessoas que convivem com a cirurgia da obesidade.