

SALADA DE FRUTAS DETOX

INGREDIENTES

DETOX:

Detox: 3 xícaras de melancias (em cubos)

SALADA:

Salada: 4 bananas

3 kiwis

2 maçãs verdes

1 abacate

1 mamão

1 melão

MODO DE PREPARO

DETOX:

Detox: Coloque no liquidificador as 3 xícaras de melancia em cubos, feito isso bata.

Quando pronto ponha na geladeira.

Corte as frutas verdes (kiwi, maçã verde e abacate) em cubos e coloque em um depósito.

Faça o mesmo com as frutas amarelas (banana, mamão e melão).

Misture as duas porções de fruta.

Pegue o detox e despeje no depósito com as frutas.

Está pronto.

Sirva gelado.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28716-salada-de-frutas-detox.html>