

LOUCURA DETOX

INGREDIENTES

suco de 2 laranjas

1 banana

1 maçã sem casca

1 fatia de mamão

200 ml de leite de soja

3 gelinhos de couve/hortelã

1 colher (sopa) de mistura de cereais premium com chia

1 colher (sopa) de farinha de feijão branco e gogi berry

1 colher (sopa) de aveia em flocos

1 lasca de gengibre

MODO DE PREPARO

Bata tudo no liquidificador, sem açúcar ou adoçante.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29700-loucura-detox.html>