

# CHÁ VERDE DA SENHORA OTTOSSON

## INGREDIENTES

2 folhas de couve  
1 pedaço de pepino  
1 colher de semente de chia  
1 copo e 1/2 de água  
1 fruta de sua preferência (eu prefiro a pera)  
algumas folhas de salsa  
1 pedaço de gengibre

## MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador.

Se preferir acrescente gelo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30475-cha-verde-da-senhora-ottosson.html>