

# SUCO ENERGÉTICO

## INGREDIENTES

2 laranjas

1/2 cenoura

1/4 de beterraba

1 maracujá

500 ml de água

Açúcar a gosto

## MODO DE PREPARO

Esprema as laranjas e reserve.

Bata no liquidificador a cenoura com a beterraba e o maracujá, coe tudo e volte ao liquidificador com o suco da laranja, adoce a gosto.

Pode variar a quarta fruta, no caso o maracujá ele pode ser trocado por manga, mamão, goiaba ou acerola, sempre mantendo a laranja, cenoura e beterraba.

Para adoçar pode trocar o açúcar pelo mel.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49097-suco-energetico.html>