

Ingredientes

Água de coco - 1 xícara de chá

Leite de soja em pó - 1 colher

Cenouras pequenas picadas - 2

Amêndoas - 3



Autora: Sandra Assumpção
29 de setembro de 2014

Modo de preparo

1. Primeiramente, coloque a água de coco e o leite de soja no liquidificador e bata até ficar homogêneo. Depois acrescente os demais ingredientes e bata novamente para que as cenouras fiquem totalmente trituradas.
2. Beba em seguida.
3. Tomar 1 porção do suco 3 vezes por semana.