

## Ingredientes

Couve orgânica sem o talo - 1 folha

Suco de limão - 1/2

Gengibre - 1 pedaço do tamanho de uma moeda

Folhas de hortelã - opcional

Laranja - 1

Maçã grande com casca - 1/2



*Autora:* Bia Bordes  
12 de janeiro de 2014

## Modo de preparo

1. Bata tudo no liquidificador com um pouco de água.

Tudo pronto! Ressa curada e suco saudável para este começo de ano.

*Tempo de preparo* - 5 minutos

*Rendimento:* 2 porções