

SUCO DE HORTELÃ

Ingredientes;

2 folhas médias de couve manteiga e folhas/hastes de brócolis.

1 limão

1 coco verde

2 ramos de hortelã

Preparo; Lave todos os ingredientes e retire o miolo da maçã. Leve todos os ingredientes ao liquidificador até triturar bem, sirva sem coar.