

## Sumo Nutritivo

🕒 Preparação 5 minutos 🕒 Total 5 minutos 1 porção

### Ingredientes

ou	ou
50 gramas de pepino cru	80 gramas de maçã
ou	ou
50 gramas de espinafre cru	1 fatia média de abacaxi (75 g)

### Método de preparação

- 1  
Higienizar e triturar com um pouco de água.
- 2  
Beber após o preparo