



BATIDO VERDE

Ingredientes

Por 2 smoothies

1 kiwi

1 pepino

1 maçã

1 colher de sopa de
sumo de lima

1 pera

1 banana

Passos

- 1.** Descasque e corte todos os ingredientes em pedaços.
- 2.** Coloque tudo no liquidificador e bata até obter uma mistura uniforme e cremosa.
- 3.** Desfrute do seu batido verde.