

# Suco Natural de Frutas

Esse suco é muito gostoso, e sacia aquela fomezinha da tarde.

A maioria dos sucos que apresento faz 2 copos e coloco sempre um pouco de água.

São sempre bem concentrados, mas pode colocar mais água.

Sempre esqueço do Limão nas minhas receitas,

Limão à gosto

2 Laranjas

1 Cenoura

½ Pepino

½ Pêra

Hortelã e Salsa à gosto

Bater tudo no liquidificador, é melhor colocar pouco à pouco, começando pelos mais suculentos, como as laranjas. Bater bem, peneirar e beber logo em seguida.

Coloque gelo, vai muito bem ;-)

