

SUMO DE CENOURA, LARANJA E LIMÃO



Bebidas



6 MIN



FÁCIL



4 COPOS



YÄMMI 2

Ingredientes

- 100 g de cenoura
- 1 limão
- 2 laranjas
- 45 g de açúcar
- 200 g + 300 g de água fria
- Gelo a gosto

Preparação

- 1º** Descasque a cenoura e corte-a aos cubos pequenos. Descasque o limão e as laranjas, retirando as pevides e a película branca que os envolve.
- 2º** Coloque no copo a cenoura, o limão, as laranjas, o açúcar e 200 g de água e programe 2 minutos na velocidade 10.
- 3º** Adicione 300 g de água fria e regule 30 segundos na velocidade 6.
- 4º** Coe o sumo com a ajuda do cesto e sirva com gelo a gosto.

Nota: Substitua o açúcar branco por amarelo ou adapte a quantidade de açúcar à sua preferência. Também pode reduzir a quantidade de limão se preferir o sumo menos ácido.