



SUMO MANGA-LARANJA



Bebidas



4 MIN



FÁCIL



4 COPOS



YÄMMI 2

Ingredientes

- 1 manga
- 1 laranja
- 1 lima
- 40 g de açúcar amarelo (opcional)
- 500 g de água
- Gelo a gosto

Preparação

- 1º** Descasque e retire o caroço à manga e corte-a aos pedaços. Coloque-a no copo.
- 2º** Adicione a laranja e a lima (sem cascas e sem pevides), o açúcar e a água. Programe 1 minuto e 30 segundos na velocidade 10. Pode coar o sumo com o cesto.
- 3º** Sirva com algumas pedras de gelo.

Nota: Reinvente o sumo, utilizando outras frutas! Mas atenção, a quantidade de açúcar deverá variar consoante a maior ou menor acidez das frutas. Também pode substituir metade da água por igual quantidade de gelo, triturando-o juntamente com a fruta.

Dica: Reinvente o sumo, utilizando outras frutas! Mas atenção, a quantidade de açúcar deverá variar consoante a maior ou menor acidez das frutas. Também pode substituir metade da água por igual quantidade de gelo, triturando-o juntamente com a fruta.