



Vitamina de pera, maçã e cenoura

Ingredientes (para 1 porção)

- 1 pera
- 1 maçã
- 1 cenoura
- Limão

Preparo

1. Descascar e retirar as sementes da maçã e da pera; cortá-las em pedaços.
2. Descascar e cortar a cenoura.
3. Bater todos os pedaços no liquidificador.
4. Misturar, acrescentar algumas gotas de suco de limão e servir.