



## Suco Vitaminado

### Ingredientes

6 laranjas

2 fatias grandes e grossas de mamão papaia

½ cenoura média ralada

### Modo de preparo

1. Esprema as laranjas e reserve
2. Em um liquidificador bata o suco das laranjas, o mamão e a cenoura, até que fique com consistência homogênea
3. Consuma puro ou acrescente um pouco de água até que fique ao seu gosto
4. Não precisa adicionar açúcar
5. Sirva gelado

