

# Sumo de Cenoura

Bebidas —       ⌚ 1 min 👤 4 pessoas

[chef.continente.pt/receitas/sumo-de-cenoura](https://chef.continente.pt/receitas/sumo-de-cenoura)



## Ingredientes

4 cenouras descascadas

1 lima sem casca, sem a pele branca e sem caroços

40g de açúcar amarelo

600 ml de água

## Confeção

1. Corte a cenoura em pedaços. Coloque-a no copo e triture 20 segundos na velocidade 7.
2. Adicione os restantes ingredientes e programe 20 segundos na velocidade 9.
3. Coloque o cesto no copo e coe o sumo para um jarro. Sirva com gelo.