

Pat Crocker

Mais de  
**850.000**  
exemplares  
vendidos no  
mundo

# O grande livro dos **SUCOS**

EDITORA  
**ALAÚDE**

Aprenda os  
benefícios de  
mais de 150  
alimentos para  
o seu organismo

Use frutas,  
legumes e verduras  
para combater mais  
de 60 problemas  
de saúde

Prepare mais de  
350 receitas de  
sucos, smoothies,  
chás, frozens e  
muito mais

## Resumo de O Grande Livro dos Sucos

Finalmente o maior e mais completo livro sobre sucos está ao seu alcance. Com mais de 350 receitas fáceis e variadas de sucos, chás, smoothies e vitaminas, além de delícias geladas e substitutos para o café, O grande livro dos sucos é um guia indispensável para quem quer explorar todos os benefícios nutricionais que os sucos podem trazer para o organismo, este livro já foi traduzido para diversos idiomas e publicado no mundo todo.

Fáceis de fazer e repletos de fibras, vitaminas e minerais essenciais para uma boa saúde, as receitas deste livro vão ajudar você e a sua família a consumir sua dose diária recomendada de frutas e legumes de uma maneira simples e divertida.

Experimente!

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)