

Bebidas equilibradas para manter a hidratação em dia

Receitas preparadas com MID ZERO™ são ótimas opções para quem quer se refrescar



São Paulo, outubro de 2023 – A tendência do consumo saudável cresce globalmente à medida que as pessoas buscam aprimorar sua qualidade de vida e prevenir doenças. Combinar uma alimentação equilibrada e a prática regular de atividade física é essencial para promover bem-estar, o que traz vantagens como condicionamento cardiorrespiratório, redução de peso e fortalecimento muscular. Além disso, é fundamental manter a hidratação adequada, optando por bebidas com baixo teor de açúcar e sódio, que ajudam a tornar essa rotina ainda mais agradável.

Pensando nisso, **MID ZERO™**, a marca de refrescos em pó da **Ajinomoto do Brasil**, selecionou duas receitas preparadas com os produtos da linha, que possuem baixa caloria e açúcar, além de serem zero sódio. Uma delas é a **Vitamina de Abacate com MID ZERO™ Limão**, uma explosão de sabores e excelente fonte de gorduras monoinsaturadas, que ajudam a manter o colesterol em equilíbrio. E a outra é o **Chá Refrescante com MID ZERO™ Abacaxi**, opção perfeita para os dias quentes.

Essas e muitas outras sugestões podem ser encontradas na plataforma [Sabores Ajinomoto](#), que conta com mais de cinco mil receitas. Confira abaixo detalhes do modo de preparo:

Vitamina de Abacate com Limão

Tempo de Preparo: 10 minutos

Rendimento: 4 porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

- 3 e meia xícaras (chá) de leite gelado (700 ml)

- meio copo de iogurte natural gelado (85 g)
- 1 e meia xícara (chá) de abacate maduro, picado (220 g)
- 1 sachê de **MID ZERO™ Limão**

Modo de preparo:

1. No copo do liquidificador, coloque o leite, o iogurte, o abacate e o **MID ZERO™**, e bata por 1 minuto, ou até ficar homogêneo.
2. Sirva em seguida.

Chá Refrescante com MID ZERO™ Abacaxi

Tempo de Preparo: 45 minutos

Rendimento: 5 porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de água (400 ml)
 - 3 sachês de chá branco
 - 1 sachê de **MID ZERO™ Abacaxi**
 - 1 lata de refrigerante de limão zero gelada (350 ml)
-
- 16 pedras de gelo

Modo de preparo:

1. Em uma panela média, coloque a água e leve ao fogo até ferver. Retire do fogo, junte os sachês de chá, tampe e deixe por 10 minutos. Retire os sachês de chá da panela e deixe esfriar por 20 minutos.
-
- *Acrescente o **MID ZERO™** e o refrigerante, e misture bem até o frescor ficar totalmente dissolvido. Adicione as pedras de gelo e sirva em seguida.*

Dica: caso não tenha água de coco, substitua por água mineral.

Sobre MID®

MID® é um delicioso refresco com o gostinho da fruta, adoçado na medida certa e fonte de Vitamina C. Como uma opção econômica e com 17 sabores disponíveis, MID® é perfeito para você dividir com quem mais ama. Além de gostoso e refrescante, MID® é muito prático e fácil de preparar, basta adicionar 1 litro de água gelada e está pronto. Além disso, MID® tem uma linha em parceria com a ONG AMPARA ANIMAL com as versões Baunilha com Limão, Groselha e Guaraná, e parte da venda desses sabores é revertida à ONG. A marca também possui a linha MID ZERO™, com baixa caloria e açúcar, além de ser zero sódio, disponível em 8 sabores.

Sobre a Ajinomoto do Brasil

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto é uma multinacional japonesa e referência mundial em aminoácidos. A empresa oferece produtos de qualidade tanto para o consumidor como insumos para as indústrias alimentícia, cosmética, esportiva, farmacêutica, de nutrição animal e agronegócios. Atualmente, a unidade brasileira é a terceira mais importante do Grupo Ajinomoto fora do Japão, atrás apenas da Tailândia e dos Estados Unidos. A linha de produtos da empresa voltada ao consumidor é composta pelo tempero umami AJI-NO-MOTO®, AJI-SAL®, Tempero SAZÓN®, Caldo SAZÓN®, SAZÓN® Tempera & Prepara, Receita de Casa™, HONDASHI® e SABOR A MI®, além das sopas individuais VONO®, VONO® Proteína e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e MID ZERO™, o azeite de oliva extra virgem TERRANO®, o azeite de oliva tipo único TERRANO® e a linha TERRANO® Veggie Burger, o SATIS!® Molho Shoyu, além de aminoVITAL® GOLD e aminoVITAL® GOLD DRINK MIX, produtos compostos por nove aminoácidos essenciais para a recuperação de atletas e entusiastas do esporte. No Brasil, a companhia também atua no segmento de food service (alimentação fora do lar). Com quatro unidades fabris, localizadas no estado de São Paulo, nas cidades de Limeira, Laranjal Paulista, Valparaíso e Pederneiras, e sede administrativa na capital, emprega cerca de 3 mil funcionários e atende tanto ao mercado interno como ao externo. O Grupo Ajinomoto obteve faturamento global de US\$ 10 bilhões e nacional de R\$ 3,4 bilhões no ano fiscal de 2022. Atualmente, está presente em 36 países, possui 120 fábricas e cerca de 34 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL

Race Comunicação

imprensa.ajinomoto@agenciarace.com.br

Milene Rolan – Cel.: (11) 99246-5780

Jones Araújo – Cel.: (71) 99347-1217

Naiara Lemes – Cel.: (11) 95973-0848

Michele Colombo – Cel: (11) 98278-1091

Wilson Barros – Cel.: (11) 99607-1746