

BATIDO ROJO DETOX

Ingredientes:

- 50 g de espinaca fresca
- 1/2 banano congelado
- Agua de coco
- 2 manzanas verdes peladas
- 4 gotitas de Natuvia líquido
- 15 arándanos
- 6 fresas congeladas
- 1 remolacha cocinada
- 1/2 zanahoria

Preparación:

1. En una licuadora en alta potencia, agregá el banano congelado, espinaca, agua de coco, manzanas verdes peladas y Natuvia líquido hasta que esté completamente incorporado en un solo batido.
2. Agregá los arándanos y fresas congeladas, remolacha y zanahoria y licuá hasta tener una consistencia bien incorporada. Opcional: colá hasta no tener grumos de fibra en el batido.
3. Serví frío en un vaso con hielo.