

RED PUBLICITARIA

MKT CONEXION

03

Contactenos - 0981303333

Refrescante Jugo de Remolacha, Zanahoria, Manzana y Menta

Remolacha: Rica en antioxidantes y nutrientes, como el ácido fólico y el hierro, que pueden ayudar a mejorar la salud cardiovascular y a aumentar los niveles de energía. Zanahorias: Fuente de vitamina A y betacarotenos, que son beneficiosos para la salud de la piel y la vista, y también contienen fibra para mejorar la digestión. Manzanas: Cargadas de antioxidantes y fibra, que ayudan a mantener el sistema digestivo saludable y a controlar los niveles de azúcar en la sangre. Menta: Tiene propiedades refrescantes y digestivas, que pueden ayudar a aliviar la hinchazón y la indigestión.



Refresca tu día con nuestro vibrante y saludable jugo de remolacha, zanahoria, manzana y menta. Esta deliciosa combinación de ingredientes frescos y naturales te ayudará a hidratarte y a nutrir tu cuerpo con una explosión de sabor y vitalidad. Descubre cómo este refrescante jugo puede revitalizarte y mantenerte energético durante todo el día.

Ingredientes:

- 1 remolacha mediana, pelada y cortada en trozos
- 2 zanahorias medianas, peladas y cortadas en trozos
- 1 manzana verde, sin corazón y cortada en trozos
- Un puñado de hojas de menta fresca
- Agua (opcional, según la consistencia deseada)
- Hielo (opcional, para servir)

Instrucciones:

Coloca la remolacha, las zanahorias, la manzana y las hojas de menta en el vaso de la licuadora.

Añade un poco de agua si prefieres un jugo más ligero o refrescante.

Licua todos los ingredientes hasta obtener una mezcla suave y homogénea.

Si lo deseas, puedes colar el jugo para obtener una textura más fina.

Sirve el jugo en vasos altos con hielo, si lo prefieres, para disfrutarlo bien fresco.

Rinde: Esta receta rinde aproximadamente 2-3 porciones.

Beneficios:

Remolacha: Rica en antioxidantes y nutrientes, como el ácido fólico y el hierro, que pueden ayudar a mejorar la salud cardiovascular y a aumentar los niveles de energía.

Zanahorias: Fuente de vitamina A y betacarotenos, que son beneficiosos para la salud de la piel y la vista, y también contienen fibra para mejorar la digestión.

Manzanas: Cargadas de antioxidantes y fibra, que ayudan a mantener el sistema digestivo saludable y a controlar los niveles de azúcar en la sangre.

Menta: Tiene propiedades refrescantes y digestivas, que pueden ayudar a aliviar la hinchazón y la indigestión.

RED PUBLICITARIA

MKT CONEXION

09

Contactenos - 0981303333