

RED PUBLICITARIA

**MKT CONEXION**

10

Contactenos - 0981303333

## **Refrescante Jugo de Zanahoria, Naranja, Limón y Menta**

Zanahorias: Ricas en betacarotenos y antioxidantes, las zanahorias ayudan a mantener la salud de la piel y la visión, además de fortalecer el sistema inmunológico. Naranjas: Cargadas de vitamina C y antioxidantes, las naranjas ayudan a reforzar el sistema inmunológico y a mejorar la salud cardiovascular. Limón: Con propiedades alcalinas y desintoxicantes, el limón ayuda a equilibrar el pH del cuerpo y a estimular la digestión. Menta: Con un aroma refrescante, la menta ayuda a calmar el sistema digestivo y a refrescar el aliento.



Refresca tu día y revitaliza tu cuerpo con nuestro jugo de zanahoria, naranja, limón y menta. Esta deliciosa combinación de ingredientes naturales y llenos de vitaminas te proporcionará una explosión de sabor y energía. Descubre cómo preparar este jugo revitalizante en casa y disfruta de todos sus beneficios para tu salud y bienestar.

## **Ingredientes:**

3 zanahorias, peladas y cortadas en trozos  
2 naranjas, peladas y cortadas en trozos  
Jugo de 1 limón  
Un puñado de hojas de menta fresca  
Agua (opcional, según la consistencia deseada)  
Hielo (opcional, para servir)

## **Instrucciones:**

Coloca las zanahorias, las naranjas y el jugo de limón en el vaso de la licuadora.

Agrega las hojas de menta fresca al vaso de la licuadora.

Si deseas, añade un poco de agua para ajustar la consistencia del jugo.

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

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

Sirve el jugo en vasos altos con hielo, si lo deseas, para disfrutarlo bien frío y revitalizante.

**Rinde:** Esta receta rinde aproximadamente 2 porciones.

## Beneficios:

**Zanahorias:** Ricas en betacarotenos y antioxidantes, las zanahorias ayudan a mantener la salud de la piel y la visión, además de fortalecer el sistema inmunológico.

**Naranjas:** Cargadas de vitamina C y antioxidantes, las naranjas ayudan a reforzar el sistema inmunológico y a mejorar la salud cardiovascular.

**Limón:** Con propiedades alcalinas y desintoxicantes, el limón ayuda a equilibrar el pH del cuerpo y a estimular la digestión.

**Menta:** Con un aroma refrescante, la menta ayuda a calmar el sistema digestivo y a refrescar el aliento.

RED PUBLICITARIA

**MKT CONEXION**

10

Contactenos - 0981303333