

CLÁSICO

Invierno, Tónico, **Económico**, Buena cara

Para
3
Vasos

Ingredientes:

4 zanahorias
3 manzanas
1 limón

Preparación: Pelar el limón. Es inútil pelar las zanahorias: basta lavarlas cepillándolas. Licuar las zanahorias, las manzanas y el limón en la licuadora J 80 Ultra/J 100 Ultra.

Mezclar bien y servir.

Beneficios: La manzana, rica en vitamina C, permite disminuir el colesterol.

Otra idea: se puede sustituir las manzanas por peras.

Trucos Robot-Coupe: Con la licuadora Robot-Coupe, no es necesario cortar las manzanas de tamaño mediano. Con preferencia la variedad de manzanas Golden, la más jugosa.

