



JUGO DETOX DE FRUTAS Y SEMILLAS

Ingredientes:

- ½ pieza de plátano tabasco sin cáscara
- 100 ml jugo de manzana
- 1 cucharada de semillas de chía
- 1 cucharada de semillas de linaza

Procedimiento:

1. Licúa todos los ingredientes hasta que se integren por completo.
2. Sirve y presenta.

Tiempo de preparación:

3 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

1