



## JUGO PARA LA GRIPE

### Ingredientes:

- 2 naranjas, sólo el jugo
- 1 limón, sólo el jugo
- 2 cucharadas de miel

### Procedimiento:

1. Mezcla todos los ingredientes y ofrece.

\*NOTA: Como prevención, tomar 1 vez a la semana para elevar las defensas del cuerpo.

<b>Tiempo de preparación:</b>	5 Minutos
<b>Grado de dificultad:</b>	Facil
<b>Porciones:</b>	1 porción