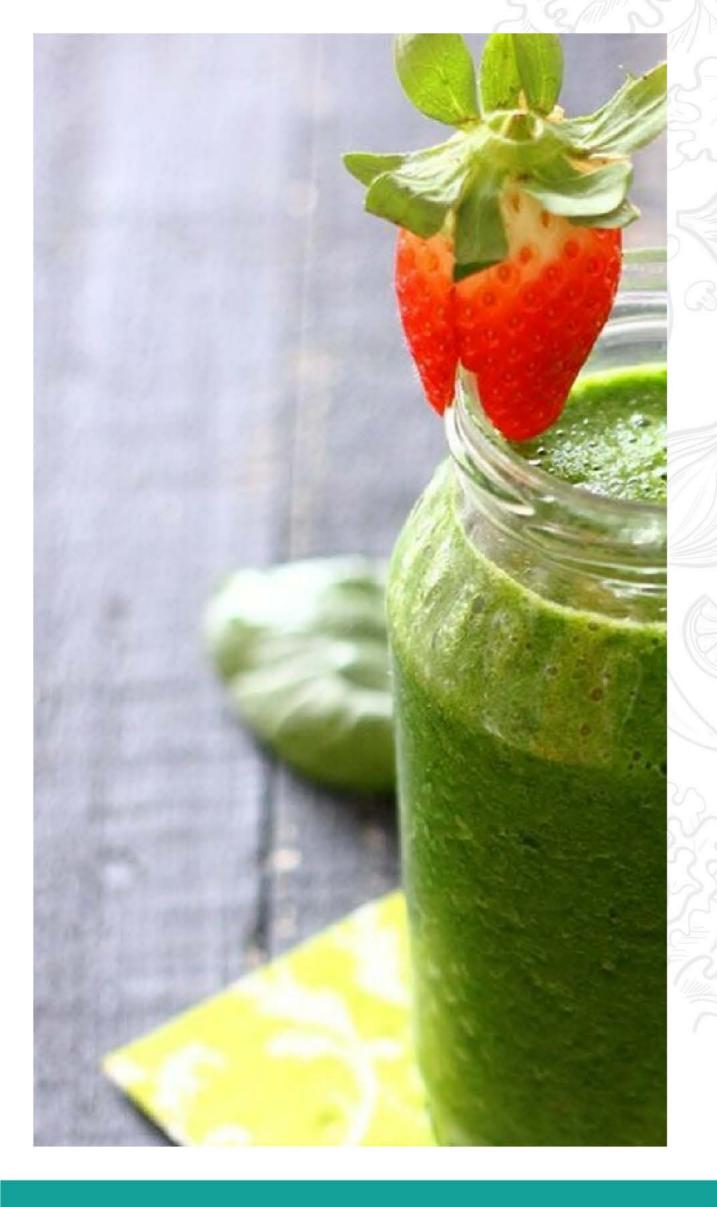
EMMSA Empresa Municipal de Mercados S.A.

BATIDO DE ESPINACA







BATIDO DE ESPINACA

INGREDIENTES

- 50 g. de espinacas frescas
 - 1/2 plátano
 - 2 ramas de apio
 - 1 naranja
 - 2 ramitas de perejil
 - Agua





PREPARACIÓN

- 1. Exprimir la naranja y reservar el zumo.
- 2. Licuar el plátano congelado, el perejil, el apio, las hojas de espinacas, el zumo de la naranja y el agua.
- 3. Servir inmediatamente.



