

# Vitalidad líquida

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

## Comentario nutricional

La cúrcuma se absorbe mucho mejor cuando se consume con pimienta negra, ya que contiene piperina, que mejora la biodisponibilidad de la cúrcuma.

## Modo express

1. Pelar y trocear el melón, lavar y trocear las nectarinas, los higos y los pimientos.

2. Pasarlo por la Chef Plus Essential y mezclar con la cúrcuma.
3. Servir con hielo y unas semillas de sésamo (se puede añadir un poco de pimienta negra).