

Delicia tropical

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

La cúrcuma es una especia milagrosa que cuenta con numerosos beneficios para la salud: ayuda a prevenir y aliviar los dolores de artritis, a curar heridas, a mejorar la digestión o a desintoxicar el hígado.

Modo express

1. Lavar la zanahoria y la cúrcuma, pelar la piña, el mango, la papaya (sin semillas) y la lima.
2. Trocearlo todo e introducirlo en la Chef Plus Essential.
3. Mezclar con la leche de coco (a gusto) y servir frío.