

# Detox de remolacha

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

## Comentario nutricional

La remolacha contiene pigmentos llamados antocianinas que, además de darle su color característico, tienen acción antioxidante y bloquean el efecto dañino de los radicales libres.

## Modo express

1. Lavar y trocear la fruta y la verdura.
2. Pasar todos los ingredientes por la Chef Plus Essential.