

Bajo en calorías

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

El corazón de piña retirado es comestible. Por su alto contenido en fibra, por su acción saciante y por ser ligeramente laxante, es un buen aliado en regímenes de adelgazamiento.

Modo express

1. Lavar la verdura.
2. Pelar la piña y retirar el corazón fibroso, pelar el limón.
3. Cortar toda la fruta y verdura.
4. Pasar los ingredientes por la slow juicer.
5. Servir con hielo.