

Zumo de espinaca dulce

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

Para aprovechar todos los beneficios de las espinacas, se aconseja comerlas crudas o muy poco hechas.

Modo express

1. Lavar las espinacas.
2. Lavar las peras y las manzanas y cortarlas en trozos.
3. Pasar los ingredientes por la máquina y servir frío.
4. Añadir unas gotitas de zumo de lima.