

Inyección vitamínica

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

Las semillas de papaya protegen el sistema digestivo y ayudan a depurar el hígado. Se pueden machacar para condimentar los alimentos y conseguir un toque picante similar al de la mostaza.

Modo express

1. Pelar la naranja, la lima y la papaya y sacarle las pepitas.
2. Lavar el pimiento (puede ser naranja o amarillo) y trocearlo todo.
3. Pasar por la máquina y servir con agua de coco, jengibre y cúrcuma en polvo (si se usan frescos, triturarlos junto con los demás ingredientes).