

Zumo de piña, limón y menta

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

Cuando la piña se ingiere con el estómago vacío, la bromelina (una enzima de la piña con efecto digestivo) aumenta sus efectos y propiedades como agente antiinflamatorio.

Modo express

1. Pelar la piña y el limón.
2. Lavar las zanahorias y la menta.
3. Pasar los ingredientes por la máquina junto con la cúrcuma.
4. Servir con las hojas de menta y hielo.