

Keep calm and drink juice

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

Los kiwis contribuyen a la digestión de proteínas, ya que contienen actinidina, una enzima digestiva natural y exclusiva del kiwi. Esta digestión de proteínas más rápida y completa ayuda a reducir la sensación de pesadez que se asocia con alimentos ricos en proteínas.

Modo express

1. Pelar y trocear los kiwis, el melón y la remolacha.
2. Lavar las moras.
3. Pasar por la máquina y mezclar con un poco de yogur griego (opcional).
3. Servir con hielo.