

# Zumo de manzana y zanahoria

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

En lugar de las nueces se pueden utilizar almendras, que también son ricas en vitamina E.

## Modo express

1. Lavar las manzanas y las zanahorias.

2. Pelar las naranjas y el limón.
3. Introducir los ingredientes en la Chef Plus Essential (las nueces habrán estado previamente remojadas en agua durante 8 horas y los orejones 30 minutos).
4. Servir frío.