

Green Beauty

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 15 '
- 2

Comentario nutricional

El bimi es una verdura parecida al brócoli, pero tiene un sabor más suave y además es muy rico en nutrientes esenciales. Se ha comprobado que contiene más zinc, ácido fólico, antioxidantes y vitamina C que los espárragos verdes, el brócoli, la col rizada o las espinacas.

Modo express

1. Lavar las peras y el brócoli.
2. Pelar el limón y el aguacate.
3. Pasar los ingredientes por la máquina.
4. Servir frío con unas gotas de aceite de nuez.