

# Chef Plus recomienda su 'Menú depurativo'

## Chef Plus recomienda su 'Menú depurativo'

[imprimir](#)



Gracias a la combinación de recetas del robot de cocina Chef Plus Induction Pro y del slow juicer Chef Plus Essential, puedes integrar en tu vida diaria una dieta que te permita "limpiar" tu organismo y que ayude a sentirte mejor contigo mismo. El menú quincenal depurativo de Chef Plus se ha elaborado teniendo en cuenta las vitaminas, hidratos, calorías, etc. para favorecer una alimentación sana y equilibrada a cada tipo de persona. Menús en los que ha colaborado el cocinero Julio López y la nutricionista Amrei Korte.

La misión principal de una dieta depurativa es la de limpiar, depurar y restablecer el equilibrio y el funcionamiento normal de todo o parte del organismo. Basada en alimentos como los cereales integrales, verduras, legumbres, fruta abundante, aceite de oliva, frutos secos, poca carne y mucho pescado. Además, se recomienda que estos alimentos principalmente sean ecológicos, ya que así se evitan los fertilizantes artificiales o químicos y pesticidas.

Tanto a la hora de realizar esta dieta como cualquier otra, se ha de tener en cuenta que los defectos y los excesos son contraproducentes, y que todas se basan en el conocimiento, la calidad y la acertada selección de los productos consumidos.

Te animamos a que te descargues el Menú depurativo completo en el que encontrarás las bases de una correcta dieta para limpiar tu organismo, consejos para adaptar tu rutina alimenticia y nuestra propuesta de menú quincenal, entre otros. Además, te facilitamos la elaboración de todos los platos propuestos con un enlace que dirige directamente a su preparación en la página web.

¡Desde hoy ya puedes llevar una dieta saludable con el Menú quincenal depurativo de Chef Plus!

**[Descarga el Menú Quincenal depurativo](#)**

# MENÚ QUINCENAL DEPURATIVO



[Induction Pro](#)

## Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

### Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar