

Shot vitamínico

Tiempo de preparación: 10 min. · Nivel de dificultad: muy fácil ·

Cantidad

Ingredientes para 4 porciones.

Ingredientes

100 g Jengibre
1 ud. Manzana
2 ud. Naranjas naturales
2 ud. Limones naturales
1 pizca Pimienta molida
1 pizca Canela ceylan

Preparación

Lavar y cortar el jengibre y la manzana en trozos pequeños sin pelar.

Pelar 2 naranjas y 2 limones naturales (¡aprovecha para rallar la piel y guardarla para otra receta!).

Poner todos los ingredientes en una buena licuadora, preferiblemente un exprimidor lento para mantener todos sus nutrientes, añadir un poco de pimienta y un poco de canela de ceylan.

Conservar en la nevera unos 4-5 días y tomar un shot cada día.