Jugo frutas y verduras

**ENERGETIZANTE Y AUMENTA
TU ALEGRÍA**

INGREDIENTES

PEPINO	1/2
UVAS	150 G
BRÓCOLI O CHAYA	
ESPINACAS O COL O	3/4 T
ACELGAS	
KIWI O DURAZNO	1/2
JENGIBRE	1 CM
LIMÓN JUGO	1
AGUA, O AGUA COCO	200ML

PREPARACIÓN

- EN EXTRACTOR AGREGAR INGREDIENTES.
- HACER PUÑO CON LAS VERDURAS DE HOJA
- EN VITAMIX AGREGAR PRIMERO LOS 100 ML DE AGUA, Y LUEGO TODOS LOS INGREDIENTES