Recetario mixing

Licuado Redushake de frutilla

Para dietas de adelgazamiento

Ingredientes

1 medida de
Redushake sabor frutilla

5 frutillas

200 ml de agua

Puñadito de
menta fresca

3 cubos
de hielo

Procedimiento

Licuar todos los ingredientes hasta formar un batido cremoso y homogéneo. Servir y consumir.

Licuado Redushake de frutilla

Para dietas de adelgazamiento

- Sin lactosa
- Apto para celíacos
- Un batido sustituye una comida completa
- 145 kcal por batido
- Con todas las vitaminas y minerales

Esta receta logra un licuado de muy bajas calorías, para dietas con sustitución parcial de comidas. Al ser preparado con agua, es apto para intolerantes a la lactosa.

Recetario mixing