



BEBIDAS PREPARADAS

SMOOTHIE ANTIOXIDANTE



PORCIONES

4



PREPARACIÓN

5 MIN



COMPLEJIDAD

FÁCIL



DESCARGAR



COMPARTIR

INGREDIENTES

- 2 vasos de bebida de Almendra sin Azúcar Nature's Heart
- 1 taza de moras
- 1 taza de fresas
- 8 cds de smoothie [All In One Nature's Heart](#)
- 2 cds de [Chia Nature's Heart](#) previamente remojadas

PREPARACIÓN

1. Agrega todos los ingredientes en la licuadora.
2. Licua los ingredientes hasta que tengas una mezcla homogénea
3. Sirve, decora y ¡disfruta!

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

Por cada porción preparada:

Energía (kcal): 74

Hidratos de C (g): 11

Proteína (g): 4

Lípidos(g): 2

Fibra (g): 5

Vitamina A (mg): 4

Vitamina C (mg): 20

Calcio (mg): 197

Nature's Heart te informa®:

- Las fresas y las moras son fuente natural de antioxidantes
- Las fresas y las moras contienen vitamina C
- La chía aporta grasas saludables a tu dieta

Conociendo Nature's Heart®:

- [All In One Nature's Heart®](#) es Fuente de proteína
- [All In One Nature's Heart®](#) contiene probióticos
- [All In One Nature's Heart®](#) contiene antioxidantes