



Zumoterapia veraniega



En pleno verano apetece refrescarse y nada mejor que las frutas de verdad y los zumos naturales.

Propóntelo y cada día disfruta de un zumo diferente.

Te damos varias recetas para compartir en familia y con los amigos.



Cóctel naranja riojana

zumo de 4 naranjas

1 vaso grande lleno de mosto tinto

Se agita bien y se sirve frío en vasos grandes con una paja para sorber.

Un doble naranja

zumo de 5 naranjas

2 zanahorias

1 vaso de agua

Licuar las zanahorias con el agua, colar y mezclar con el zumo de naranja.

Zumo multifrutas

1/2 melón

2 zanahorias licuadas,

1/2 vaso de zumo de naranja.

1 plátano maduro triturado.

Alegra los zumos poniéndoles pajitas de colores y rodajas de fruta.

Entra en nuestra web www.chiquinoticias.com y encontrarás más recetas de **chiquicócteles**

