

***SMOOTHIE* DE PEPINO, APIO, REMOLACHA Y MANZANA THERMOMIX**

INGREDIENTES (4)

2 pepinos pelados y cortados en trozos (aprox. 300 gr)
1 tallo de apio cortado en trozos (aprox. 50 gr)
2 manzanas Golden cortadas en cuartos y sin pepitas
1 remolacha cocida (aprox. 100gr)
20 g de soja

PREPARACION

1. Poner en el vaso todos los ingredientes y triturar 2 minutos/ velocidad 10.

Sirva inmediatamente.

Fuente: Revista Thermomix® nº 67

thermomix

ESTHER QUESADA FERNANDEZ
TLF. 606938501

<http://thermomix-barcelona-sagrada-familia.es/quesadafernandez/>