

Smoothy de frutilla para niños

Ingredientes:

Rinde para 4 personas

200 gr. frutillas frescas

1 kiwi

2 plátanos

8 naranjas

1 limón

8 cubos de hielo

2 cucharadas de azúcar

4 pajitas largas

Preparación:

Paso 1.- Exprima el jugo de las naranjas y el limón.

Paso 2.- Lave y limpie las frutillas.

Paso 3.- Pele el kiwi.

Paso 4.- Ponga en la juguera, el jugo de naranja, el jugo de limón, las frutillas, el kiwi, el azúcar y los cubos de hielo.

Paso 5.- Sirva en vasos grandes con una pajita

Consejo

Cambia los hielos por helado de vainilla.



www.nanai.cl