

AÇAÍ BOWL

GLOWING SKIN

REJUVENATING

WORK-OUT

INGREDIENTES

MEDIA TAZA DE FRESAS CONGELADAS

UN PLÁTANO Y MEDIO CONGELADO

MEDIA TAZA DE LECHE DE ALMENDRAS AVENA O COCO

UNA CUCHARADA DE AÇAÍ ORGÁNICO

UNA CUCHARADA DE CÁÑAMO ORGÁNICO

UNA PIZCA DE SIROPE DE ARCE O MIEL PARA ENDULZAR

INSTRUCCIONES

1 • BATIR EL PLÁTANO Y LAS FRESAS JUNTO CON EL AÇAÍ, CÁÑAMO Y LA LECHE VEGETAL.

2 • AÑADIMOS LOS TOPPINGS QUE MÁS NOS GUSTEN.

PODEMOS UTILIZAR CEREALES, TROZOS DE PLÁTANO, COCO RALLADO, BAYAS DE GOJI, SEMILLAS DE CHÍA Y LO QUE MÁS NOS GUSTE.