

# Smoothie verde



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 15min , Número de porciones: 4

Calorías , 0 g Azúcares , 0 g Grasas , 0 g Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/smoothie-verde>

## Preparación

Coloque todos los ingredientes en una licuadora y licue hasta que quede suave. Servir inmediatamente para obtener todos los nutrientes.

## Ingredientes

- 2 Manzanas verdes
- 3 taza/s Espinaca fresca
- 1 Pepino
- 3 unidad/es Apio
- 1 cucharada de raíz Jengibre
- 1 unidad/es Limón
- 1 taza/s Jugo de limón fresco

## Categorías

Un día normal, Diabética, Reducida en calorías, Vegetariana, Vegetariana, Todo el año, Económico, Frutas, Vegetales, Exótica, Ingrediente extra, Chicas delgadas, Bebidas y cocktails

