

¡Un batido de hinojo y espinaca para que tu cuerpo se sienta increíble!

INGREDIENTES

(para una ración)

- 2 tazas de espinacas frescas
- 1 hinojo (usa la parte verde o ¼ de la parte blanca)
- ½ manzana
- 1 cm de jengibre fresco rallado
- Zumo de ½ limón
- 200 ml (1 taza mediana) de agua
- 1 sobre de TRME MyGOAL

PREPARACIÓN

1. Lava la espinaca fresca y la parte verde del hinojo.
2. Corta el hinojo en rodajas y coloca los dos ingredientes en una licuadora.
3. Lava, pela y corta la mitad de una manzana.
4. Añádela a la licuadora junto con el zumo del limón y el jengibre rallado.
5. Añade el agua y licúa hasta que quede una mezcla homogénea.
6. Añade un sobre de **TRME MyGOAL**, revuelve y sirve de inmediato*.

#Smoothie
#MyGOAL
#Vegan
#GlutenFree



	Valor energético	Grasas (Ácidos grasos saturados)	Hidratos de carbono (Azúcares)	Fibras alimentarias	Proteínas
1 batido de hinojo y espinaca	57 Kcal	0,5 g (0,1 g)	9,5 g (8,6 g)	3,3 g	2,2 g
TRME MyGOAL (1,1 g)	4,3 g	0 g (0 g)	1 g (0 g)	1 g	0 g

* Para obtener los máximos beneficios de TRME MyGOAL debes consumir una ración de 15 a 20 minutos antes de la comida. Consume TRME MyGOAL inmediatamente después de disolverlo.

ageLOC

TRME