

Batidos Saludables



Toppings



Virutas de chocolate (>75%), cacao puro en polvo, frutos secos, crema de frutos secos, frutas deshidratadas, semillas...

Dulzor y aroma

Canela, esencia de vainilla, coco rallado, menta dátiles...



Base densa



Yogur natural, griego, kéfir, requesón, queso fresco batido, aguacate...



Base líquida



Leche, bebidas vegetales, agua de coco

Frutas de temporada

Con la pulpa y la piel

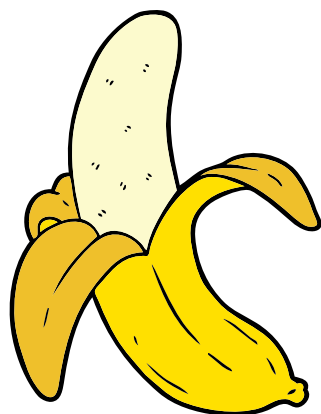
Opción refrescante: congeladas





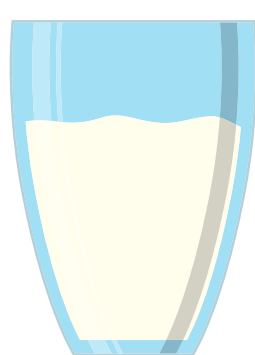
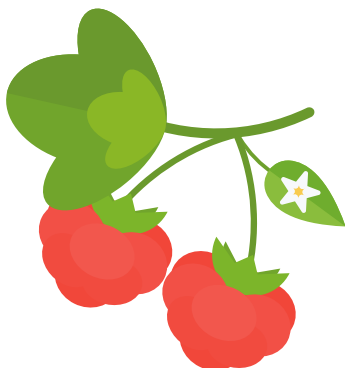
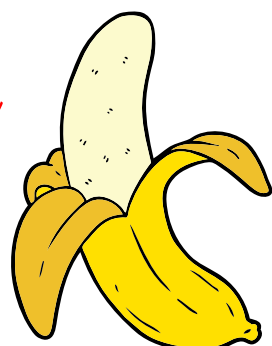
Batidos Saludables

Chocolate



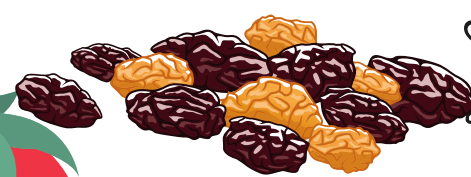
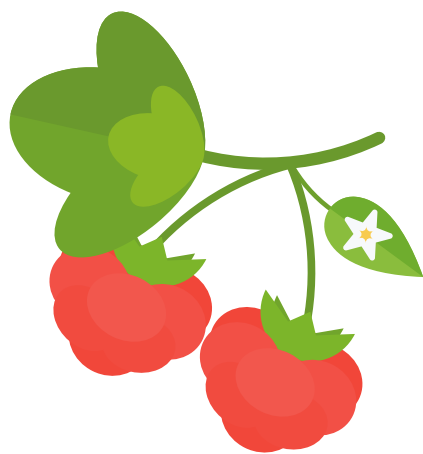
1 plátano maduro + 1 vaso de leche o bebida de avena + 2 cchdas de crema de cacahuete + canela

Frambuesa y plátano



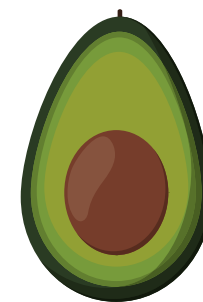
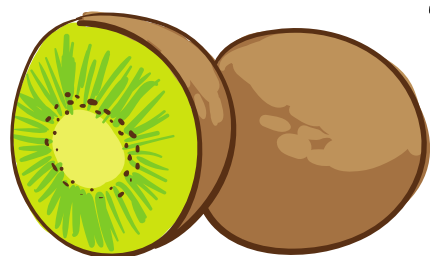
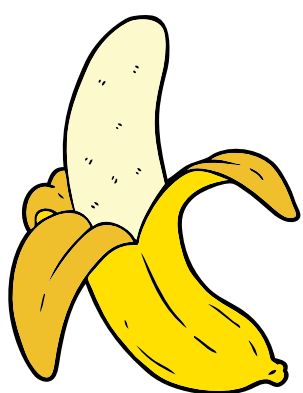
1 plátano maduro + 8-10 frambuesas + 1 vaso de leche + canela + esencia de vainilla + semillas de chía

Frutos del Bosque



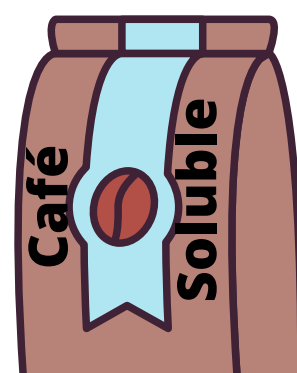
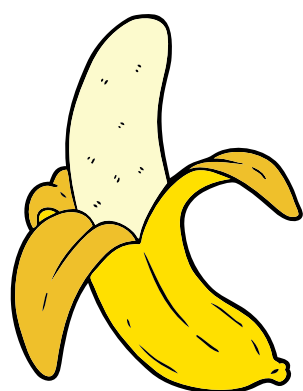
8-10 frambuesas + 4 fresas + 5-6 arándanos + pasas + yogur natural

Batido Popeye



1 plátano maduro + kiwi + yogur natural + espinacas baby crudas + aguacate + semillas de chía

Batido café



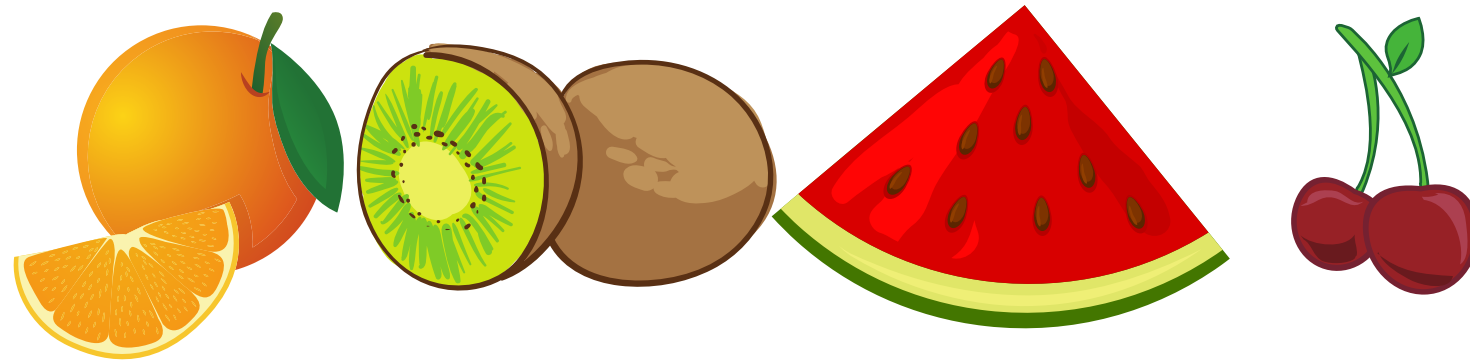
1 plátano maduro + 3 dátiles + 1 yogurt griego + café soluble (al gusto) + canela + vainilla



Batidos Saludables

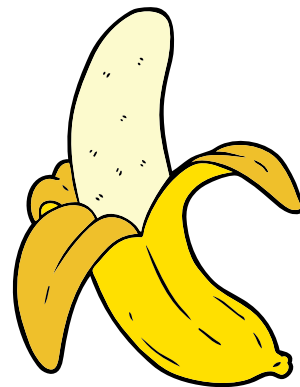
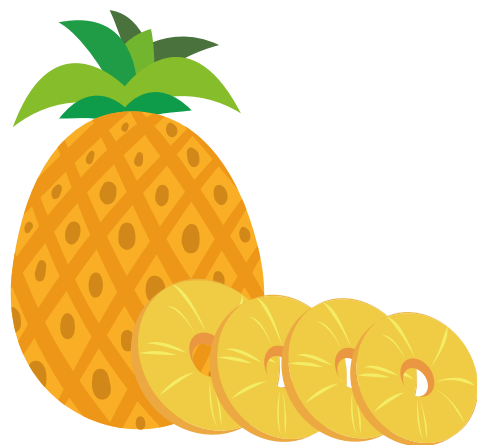
Sin lactosa

Tutti-Frutti



1 naranja grande + 1 kiwi (mejor el amarillo) + sandía + 5-6 cerezas

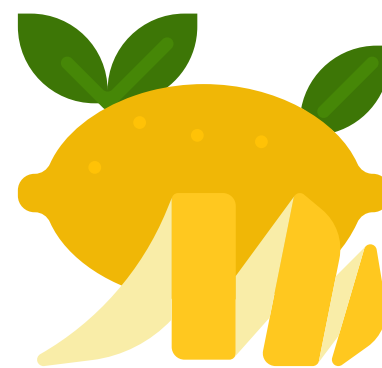
Piña colada



4 rodajas de piña + 1 plátano maduro + 1 vaso de agua de coco + coco rallado



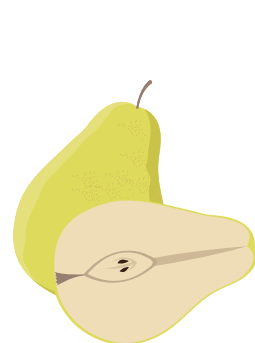
Leche Merengada



1 vaso de bebida de coco + canela en rama + cáscara de limón + manzana asada

Infusionar la bebida de coco con canela en rama y cáscara de limón. Retira la canela y el limón y tritura con la manzana asada

Tropical



1/2 pera + melocotón o nectarina + 1/2 mango + 1 vaso de agua de coco. TOPPING: arándanos congelados