

**DETOX VERDE** 5 minutos 10 minutos 2 porciones**INGREDIENTES**

- 500 gramos de agua
- 1 pieza de manzana verde (186 g), sin semillas
- 50 gramos de col rizada o kale o 50 gramos de espinaca cruda picada
- 30 gramos de pepino con cáscara rebanado, sin semillas
- 100 gramos de apio crudo

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

| | POR 100 g | POR PORCIÓN [411 g] | % DDR |
|-------------------|-----------|---------------------|-------|
| ENERGÍA | 15 kcal | 63 kcal | 3 % |
| GRASA | 0 g | 1 g | 1 % |
| GRASAS SATURADAS | 0 g | 1 g | 6 % |
| COLESTEROL | - | - | - |
| SODIO | 2 mg | 9 mg | 0 % |
| H. CARBONO | 3 g | 14 g | 5 % |
| AZÚCARES | 2 g | 10 g | - |
| FIBRA ALIMENTARIA | 3 g | 11 g | 46 % |
| PROTEÍNA | 0 g | 1 g | - |