

Recetas Con Miel



Bebida de plátano y miel.

Ingredientes

- 1 plátano
- 1 puño de germinados
- 3 cucharadas de miel

Elaboración

Licua todos los ingredientes hasta que el plátano ese disuelto.

Rinde para 2 porciones.

Nota: Es un energizaste nutritivo que funciona rápido.