



LIMONADA DE PIÑA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 1000 g de piña
- 100 g de limon
- 5 g de jengibre
- 1000 ml de agua con gas
- estevia

LA PREPARACIÓN

- Pela la piña retirando toda la corteza, procurando conservar los jugos que pueda soltar. Trocea. Pela y pica el jengibre. Exprime el zumo de limón.
- Coloca todos los ingredientes en el vaso de una batidora o licuadora. Tritura bien hasta que quede una mezcla homogénea sin grumos. Prueba el punto de dulzor y ajusta la cantidad de estevia.
- Pasa por un colador o tamiz si se quiere una bebida totalmente limpia. Traslada a una jarra y deja enfriar en la nevera. Sirve con hielo al gusto.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 15.5 g	Grasas 0.63 g
Kcal 77.8	Proteinas 0.76 g