BATIDO REANIMADOR

INGREDIENTES PARA 2 COMENSALES

- 3 unidades de ciruelas maduras
- 2 unidades de naranja
- 30 g de frambuesas
- 1/4 de cucharadita de extracto de guaraná
- 1/2 cucharadita de miel

LA PREPARACIÓN

- Corta las ciruelas por la línea que más se marca y presiona un poco para sacarles los huesos. Luego, trocea la carne.
- Pela las naranjas y ábrelas en gajos grandes. Pasa las frambuesas por la licuadora (reservando una para decorar) y, a continuación, pasa las ciruelas y las naranjas.
- Vierte sobre el zumo el extracto de guaraná y un poco de miel; ponlo todo en un vaso. Atraviesa con un palillo un trozo de ciruela y una frambuesa y ponlo en el borde del vaso para decorar. Sírvelo inmediatamente.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 25.4 g	Grasas 0.51 g
Kcal 127	Proteinas 2.2 g