



500 g de papaya



1 manzana



70 g de lima



15 cubitos de hielo
casero



100 ml de agua

Preparación:

1. Pela la papaya y córtala por la mitad a lo largo. Retira las semillas con una cuchara y córtala en trozos grandes. Lava la manzana, córtala en cuartos y quita las semillas. Pon la papaya, la manzana y la lima junto con 100 ml de agua o agua de coco y el hielo en el vaso de la batidora. Cierra la tapa.
2. Bate todo junto hasta obtener la textura deseada.

Consejo Bosch:

Puedes decorar el smoothie con un par de semillas de papaya. Las semillas son muy sanas y le dan al smoothie un extraordinario aroma a capuchinas.



1.000 ml

Fresh fatburner

Smoothie de papaya y manzana

