



BATUT ENERGÈTIC

INGREDIENTS PER A 2 COMENSALS

- 1 unitat de remolatxa
- 2 unitats de tomaques
- 50 g de pera

LA PREPARACIÓ

- Talla la remolatxa, les tomaques i la pera.
- Passa tots els ingredients per la liquadora i remena el suc al final. Posa-ho en un got i servix-ho immediatament.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 12.3 g	Grases 0.46 g
Kcal 71.4	Proteïnes 2.4 g