

## INGREDIENTES

1.5 tazas de apio rebanado.  
1/3 taza de perejil, lavado y desinfectado.  
Jugo de 1 limón.  
4 tazas de agua.  
1 sobre de canderel azul.  
Hielos al gusto.

# LICUADO DE GERMINADO

## PREPARACION

Licua todos los ingredientes durante 2 minutos para integrar por completo, sirve en vasos altos y disfruta.

## VALOR NUTRICIONAL

Kcal 29.59