



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



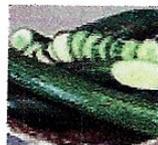
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



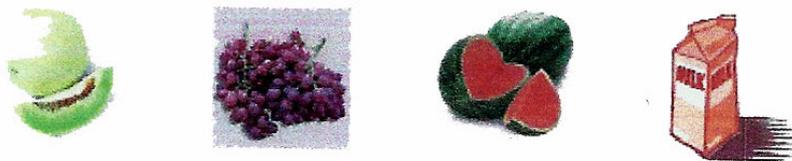
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



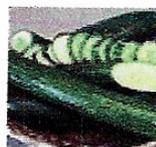
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



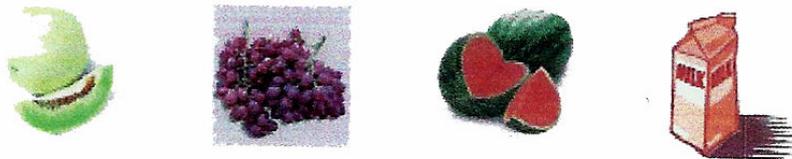
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de baca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



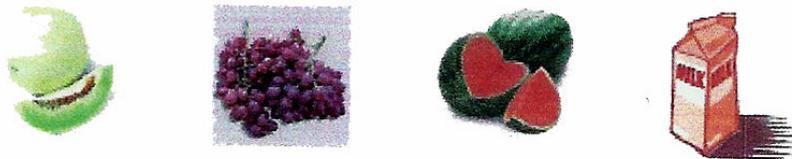
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



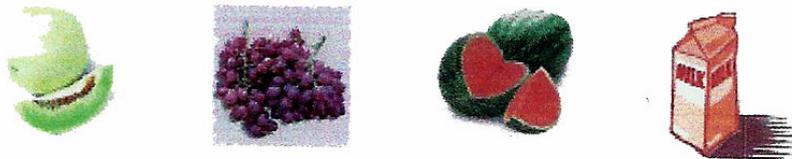
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



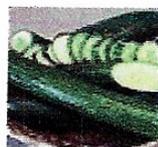
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



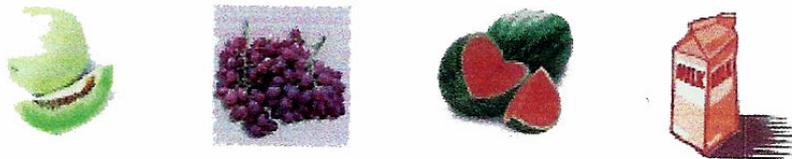
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de baca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



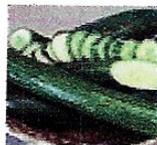
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



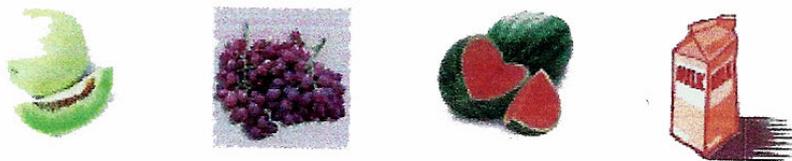
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



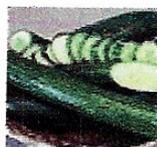
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



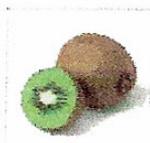
Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



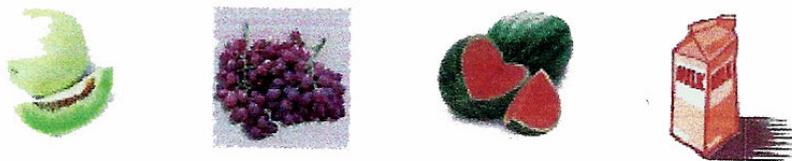
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



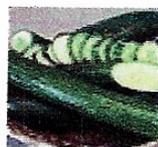
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



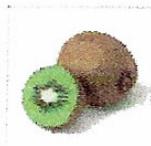
Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



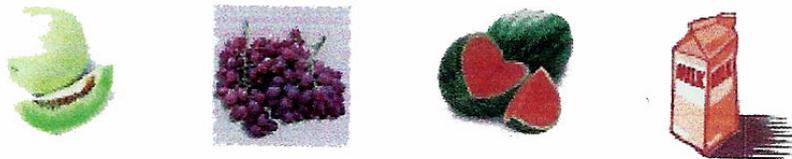
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



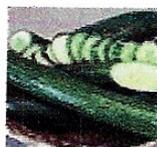
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



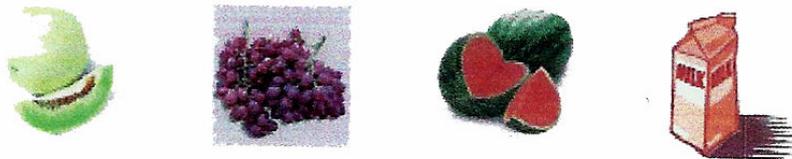
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



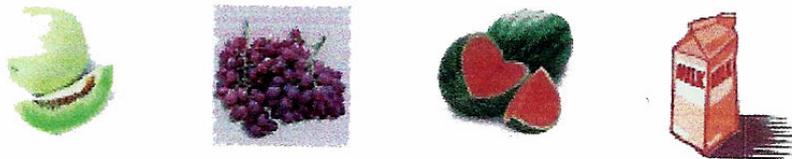
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



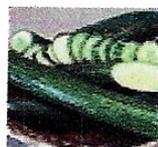
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



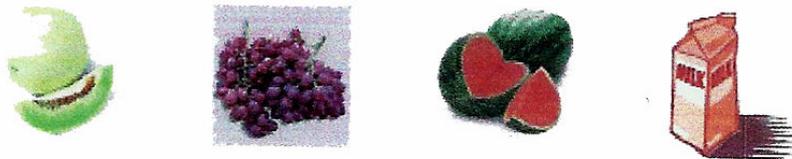
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



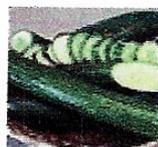
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



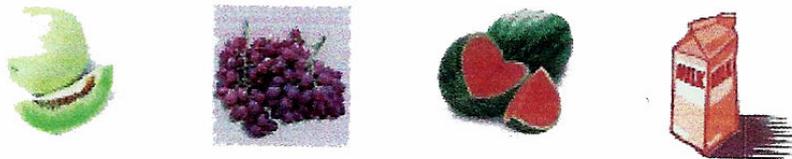
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



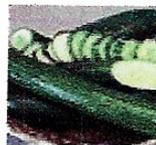
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



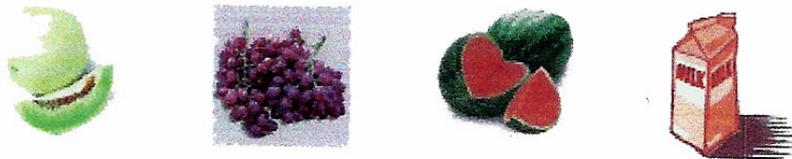
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



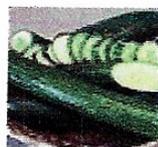
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



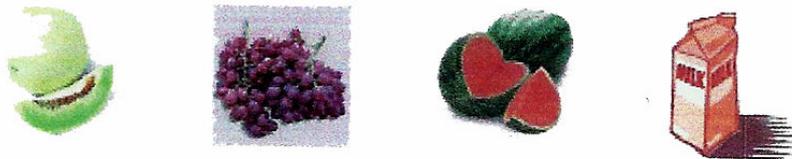
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



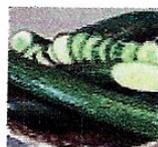
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



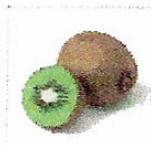
Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



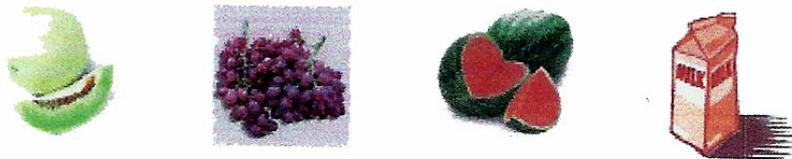
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de baca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



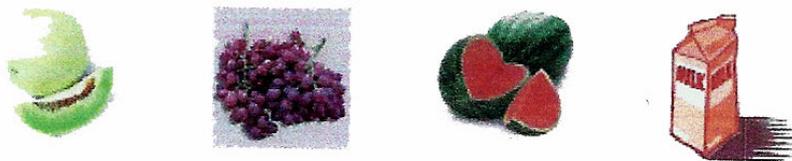
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



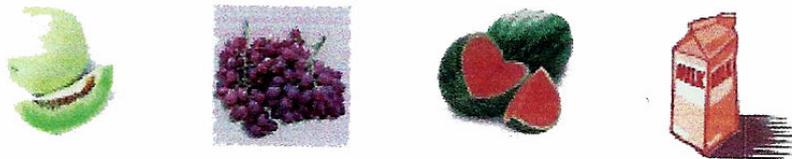
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



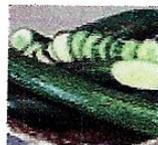
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



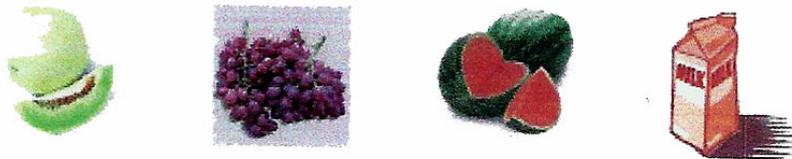
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del **sur de Asia**. India desde hace más de 3.000

Limón - **sudeste asiático** de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia** y otros atribuyen al continente **africano**

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en **África**. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las **Indias Occidentales y China**

Té negro - **India** y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



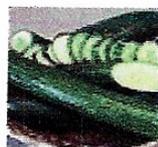
Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



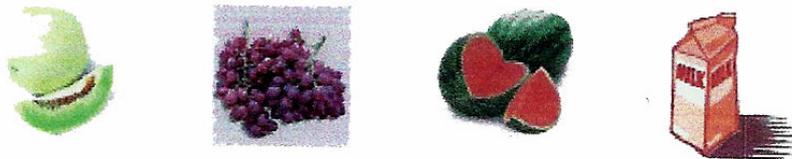
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.



BATIDOS Y ZUMOS DEL MUNDO PARA LA SALUD

ZUMO MEDITERRANEO - Zanahoria, manzana, apio.

Ideal para desayuno por su aporte de vitaminas. Su combinación convierte a este zumo en un verdadero reconstituyente.

ZUMO DE TAIWAN - Kiwi, mandarina y manzana

Bueno para reponerse de un catarro

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Mezclar todo en una licuadora

ZUMO MAYA - Aguacate, agua, limón y miel

Adaptado para niños y personas con desnutrición

BATIDO AFRICANO - Sandía, uva, melón y leche.

Bueno para depurar la sangre

BATIDO LATINO - Papaya, piña y leche

Alimento completo

BATIDO ISLA DEL PACÍFICO -

Coco y leche, con canela o chocolate rallado

Ideal para noches calurosas

Preparación

- Pelar, limpiar y cortar las frutas en trozos medianos.
- Añadir la leche.
- Mezclar todo en un batidora
- Rallar el chocolate y mezclar con el batido

DE DONDE SON

Naranja - China

Remolacha - Norte de África

Manzana - sudeste de Europa y el Sudoeste de Asia

Zanahoria – Afganistán – su origen en la palabra árabe "ISFANNARIYA"

Pepino - regiones tropicales del sur de Asia. India desde hace más de 3.000

Limón - sudeste asiático de la China y traído a Occidente por los árabes

Perejil - Mediterráneo

Piña - Sudamérica, concretamente de Brasil. Allí fue donde la encontraron los colonizadores españoles

Melocotón - China

Sandia - África tropical. Su cultivo se remonta desde hace siglos a la ribera del Nilo

Melón - Existen 2 teorías acerca del *origen del melón*: Unos expertos piensan que es originario de **sur de Asia y otros atribuyen al continente **africano****

Uva - Europa en la región asiática del mar Caspio

Yogurt - Asia ... luego se extendió a Europa a través de Turquía y Bulgaria. Su nombre tiene el origen en un término turco: yogurt

Leche de vaca - oriente medio. El consumo humano de la leche de origen animal comenzó hace unos 11.000 años con la domesticación del ganado durante el llamado óptimo climático. Este proceso se dio en especial en **oriente medio**

Azúcar - Era extraído de la caña de azúcar en África. Su difusión fue paulatina hacia Oriente, donde fue conocido por los árabes que, a su vez, fueron los encargados de llevarlo por todo el Mediterráneo. A España llegó en la Edad Media de manos de la civilización árabe

Canela – de Sri Lanka, las Indias Occidentales y China

Té negro - India y Sri Lanka

JUGOS SALUDABLES



Zanahoria + jengibre + manzana

Aumenta y limpia nuestro sistema.



Manzana + pepino + apio

Previene el cáncer, reduce el colesterol y elimina problemas estomacales y dolores de cabeza.



Tomate + zanahoria + manzana

Mejora el aspecto de la piel y elimina la mala respiración.



Calabaza amarga + manzana + leche

Evita la mala respiración y reduce el calor interno del cuerpo.



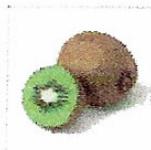
Piña + manzana + sandia

Para disipar el exceso de sal, nutre el riñón y la vejiga.



Naranja + jengibre + Calabaza

Mejora la textura y humedad de la piel y reduce el calor del cuerpo.



Manzana + Calabaza + Kiwi

Mejora la flexibilidad de la piel.

JUGOS SALUDABLES



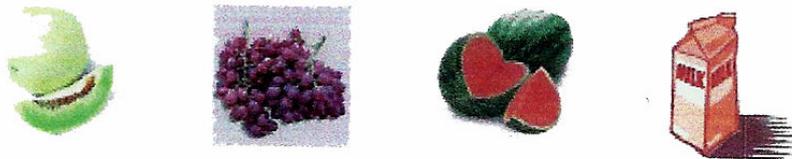
Pera + plátano

Regula el contenido de azúcar.



Zanahoria + Manzana + Pera + Mango

Regula el calor del cuerpo, contrarresta la toxicidad, disminuye la presión de la sangre y pelea contra la oxidación.



Melón + Uva + Sandía + Leche

Rica en vitamina C y Vitamina B2 que aumenta la actividad celular y refuerza la inmunidad del cuerpo.



Papaya + Piña + leche

Rica en vitamina C, E, hierro. Mejora la flexibilidad de la piel y el metabolismo.



Plátano + Piña + leche

Rica en vitamina y nutrientes que previenen los resfriados.