

ZUMO DE ZANAHORIA

INGREDIENTES

3 zanahorias

1 limón pelado y sin pepitas

PREPARACION

Poner todo en el vaso de la Thermomix junto con un cubilete de agua y triturar 2 minutos. en velocidad 5; 2 minutos en velocidad 7; y otros 2 minutos en velocidad 9. Añadir 300 ó 400 gr de agua. Si se quiere se puede añadir al final una cucharada de aceite y tomándolo una hora antes de ponerse al sol, sirve para broncearse más.