

# Batido de Piña y Leche Vegetal



## Preparación



Preparación: Coge 150 gramos de piña natural y una taza de leche vegetal (avena, arroz, etc). Mezcla todos los ingredientes con la ayuda de la batidora. Destacamos que se trata de un batido bajo en calorías, diurético, rico en fibra y en vitamina C.

[www.laultima dietadetuvida.com](http://www.laultima dietadetuvida.com)

Con todo el respaldo de [DermosaludColombia.com](http://DermosaludColombia.com)