



Agua con Infusión de Frutas y/o Verduras

4 Porciones • 1 Porción = 1 Taza

INGREDIENTES

- 4 tazas de agua
- 1 hierba a elección: menta, albahaca o cilantro
- 1 o 2 frutas y/o verduras a elección: pepino, fresas, lima, limón, naranja, piña, manzana, sandía, moras, frambuesas, arándanos, jalapeños o peras

INDICACIONES

1. Vierta 4 tazas de agua en una jarra.
2. Desintegre suavemente su opción de hierbas y agregue a la jarra.
3. Corte su opción de frutas o verduras y agregue a la jarra.
4. Tape la jarra y refrigere durante por lo menos 2 horas.
5. Sirva esta bebida fría. Consúmlala dentro de los 3 días.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

