

EXAFIT
GOLD NUTRITION



RECETARIO

DISFRUTA AL MÁXIMO TUS BATIDOS

EXAFIT.COM.CO



ANTI-OX

Es una poderosa carga de alimentos que activan y revitalizan tu cuerpo, fortaleciendo el sistema inmunológico y dando energía de manera natural.

RED INFUSION

INGREDIENTES:

1 sobre de aromática o té de frutos rojos
1/4 de taza de fresas picadas en cuadritos
1/4 de taza de arándanos
1 cuchara medidora de Anti-Ox

PROCEDIMIENTO:

Calienta en el microondas un vaso de agua (200ml) con 1 bolsa de té de frutos rojos, el puñado de arándanos y fresas, saca del microondas y agrega por último, la cuchara medidora de Anti-Ox, revuelve bien y disfruta de una infusión llena de energía que favorecerá tu sistema inmunológico.

RECUERDA:

No necesitas ningún endulzante, pues nuestros batidos vienen endulzados con estevia natural.





GO FIBER

Es una mezcla de fibras que favorecen y promueven una correcta salud digestiva contiene ingredientes naturales como linaza, harina de avena, salvado de trigo, germen de trigo, psyllium, naranja, piña, pitahaya y nopal.

ALOHA SODA

INGREDIENTES:

Jugo de una naranja
1 soda personal
1 cuchara medidora de Go Fiber
¼ de piña en trocitos
1 pizca de jengibre en polvo
1 o 2 ramitas pequeñas de hierbabuena o menta
Hielos al gusto

PROCEDIMIENTO:

Agrega en un vaso hielos a tu gusto, 1 cuchara medidora de Go Fiber, ¼ de piña macerada, 1 pizca de jengibre en polvo, el jugo de una naranja, y por último la soda. Decora con una ramita de hierba buena o menta y una rodaja de naranja.

¡Ahora refréscate con esta deliciosa soda que favorecerá tu salud digestiva!

RECUERDA:

No necesitas ningún endulzante, pues nuestros batidos vienen endulzados con estevia natural.





GREEN UP

Es una mezcla de fibras que favorecen y promueven una correcta salud digestiva contiene ingredientes naturales como linaza, harina de avena, salvado de trigo, germen de trigo, psyllium, naranja, piña, pitahaya y nopal.

SWEET VINAGRETA

INGREDIENTES:

Jugo de 3 limones
1 cucharada de aceite de oliva
1 cucharada medidora de Green Up

PROCEDIMIENTO:

En un recipiente mezcla el jugo de los 3 limones, la cucharada de aceite de oliva y 1 cucharada medidora de Green Up, y listo, así de rápido está tu Sweet Vinagreta que le ayudará a activar tu metabolismo y favorecerá tu proceso de pérdida de peso.

RECUERDA:

No necesitas ningún endulzante, pues nuestros batidos vienen endulzados con estevia natural.





CITRUS

Es una mezcla de súper alimentos que construyen y protegen tu cuerpo, ideal para fortalecer la estructura de la piel, el cabello y las uñas.

MERMELADA TROPICAL

INGREDIENTES:

1 cuchara medidora de Citrus
1/2 mango picado
1/4 de piña picada
1/2 taza de agua
1/4 de taza de miel

PROCEDIMIENTO:

En un recipiente echa el mango, la piña, el agua y la miel, calienta a 350° en la Air fryer aproximadamente por 15 min. Una vez finalizado el tiempo, agrega a la mezcla la cuchara medidora de Citrus, revuelve bien y lista tu mermelada, ahora puedes hurtársela a tus montaditos favoritos, al pan integral o a las tostadas de arroz; sin duda, una mermelada deliciosa que además te ayudará a fortalecer tu piel, cabello y uñas, y favorecerá la producción natural de tu colágeno.

RECUERDA:

No necesitas ningún endulzante, pues nuestros batidos vienen endulzados con estevia natural.





D - TOX

Es una mezcla de ingredientes que ayudan a depurar y a limpiar el organismo.

MORA POPS

INGREDIENTES

1 cuchara medidora de D-Tox
¼ de taza de moras picadas en cuadritos
½ taza frutos secos
½ taza de granola light
1 paquete de galletas integrales trituradas
¼ de taza de miel

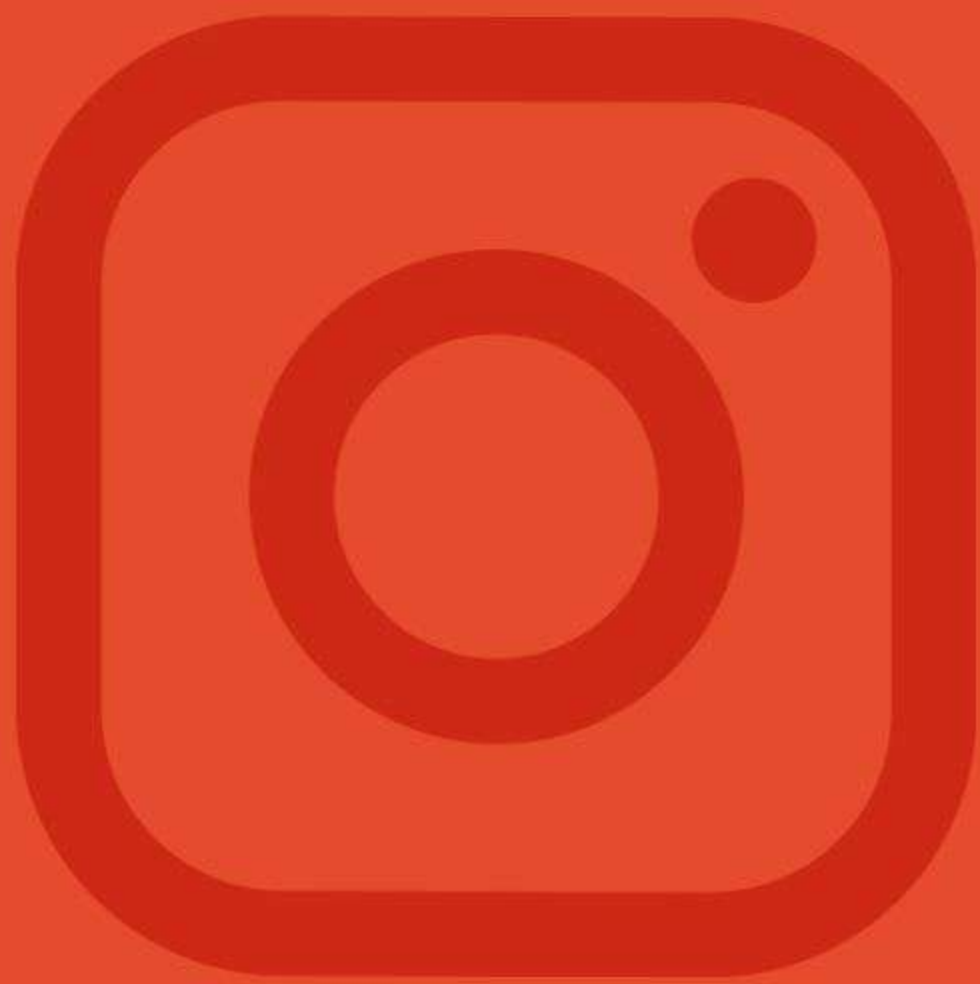
PROCEDIMIENTO:

Mezcla en un recipiente todos los ingredientes sólidos; y por último, agrega la miel, revuelve hasta lograr una mezcla grumosa, a continuación con la mano haz pequeñas bolitas y ubícalas en un plato o bandeja, lleva a refrigeración por 1 hora y listo, disfruta de tus Mora Pops, unos bocaditos llenos de sabor que te ayudaran a depurar y limpiar tu organismo.

RECUERDA:

No necesitas ningún endulzante, pues nuestros batidos vienen endulzados con estevia natural.





@EXAFITSTORE

EXAFIT
GOLD NUTRITION

EXAFIT.COM.CO