



Receta jugo de guanábana

Ingredientes:

- 1 guanábana madura de aproximadamente 1 lb (450 g)
- 1 1/2 tazas (375 ml) de leche deslactosada o agua
- 1 cucharadita (4,7 g) de nuez triturada (opcional)
- 1 cucharada (14,3 g) de vainilla (opcional)
- 1/2 cucharadita (2,4 g) de jengibre rallado (opcional)
- 1 cucharada (14,3 g) de azúcar (opcional)
- 1 limón exprimido (opcional)

Preparación:

Paso 1.

Pela la fruta y llévala a un recipiente grande. Luego, agrega leche o agua.

Paso 2.

Deposita la guanábana en un recipiente grande con y agrega la leche o el agua.

Paso 3.

Exprime la fruta con las manos y toma la pulpa.

Paso 4.

Sácale el jugo a la pulpa con un colador sobre el mismo recipiente.

Paso 5.

Agrega los demás ingredientes al recipiente donde se encuentra el jugo de guanábana y mezcla.

Paso 6.

Licúa a alta velocidad y sirve.