Julio Sabio | Dietista-Nutricionista Deportivo



POSTRES · VEGANO

Polos flash caseros

+4h 6 raciones

Ingredientes

- Fruta
- Agua (opcional)
- Endulzante (opcional)

Elaboración

1. Tritura muy bien tu fruta favorita
2. Añádele agua en el caso de una fruta que sea poco acuosa
3. Échalo en un envase para congelarlo
4. Congélalo durante al menos 8 horas

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Julio Sabio | Dietista-Nutricionista Deportivo
cooknest.app/@juliosabionutrition · Instagram @juliosabionutrition