

# Batido de cereza con albahaca

Preparación: 15 min  
Rinde 4 tazas



## Ingredientes

- 2 tazas de cerezas congeladas
- 1½ tazas de fresas frescas o congeladas
- 1½ tazas de leche de coco
- 1 plátano, maduro y pelado
- 4-5 hojas de albahaca

## Instrucciones



¡Comienza con las manos limpias!  
Lávate las manos con jabón y agua

1. Mida y añada todos los ingredientes a la licuadora.
2. Licúe hasta que esté blando.
3. ¡Provecho!



Public Health



NC SNAP-ED

Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria del USDA - SNAP.

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.



@DINE.nutrition  
dineforlife.org