

NaturaSi

El Supermercado Natural

LOS TESOROS DE LA NATURALEZA

INFORMACIONES Y CONSEJOS SOBRE ALIMENTOS ECOLÓGICOS

LOS ZUMOS

- Está demostrado que la fruta es uno de los alimentos indispensables para la buena salud de nuestro organismo. Su acción antioxidante, la gran aportación de vitaminas y minerales, y su alto contenido en fibra y agua ayudan a eliminar las toxinas y a mantener el cuerpo bien hidratado.

Una manera sencilla y divertida de aprovecharse de estos beneficios de la fruta es tomarla en zumo, así los zumos ecológicos VALMASERA son una opción perfecta ya que tanto en la cuidada selección geográfica de las materias primas (naranjas de Valencia, tomate de la huerta murciana, melocotones de Andalucía...etc) como en el propio proceso de elaboración del zumo a partir de concentrados y pulpas ecológicas con azúcar de caña ecológica, se garantiza en todo momento el respeto de dichos beneficios manteniendo la máxima calidad.

ZUMO TERAPIA(Tratamientos):

Te ofrecemos una serie de tratamientos a base de zumos, que vienen utilizándose desde hace décadas, para el tratamiento o prevención de toda una serie de afecciones.

- **Calambres:**
Zum de piña fresca. La piña contiene bromelaina, un relajante muscular.
- **Diarrea:**
A un zumo de manzana añádele 1 cucharada de salvado de trigo. Tómallo a mediodía, después de la comida.
- **Gripe:**
El zumo de manzana y el zumo de uva tinta tienen propiedades contra la congestión de nariz. La uva tinta contiene además taninos, unos compuestos con propiedades antivirales. Toma estos zumos a temperatura ambiente y fuera de las comidas.
- **Pérdida de Potasio:**
Para recuperar el potasio perdido por diarrea o por el efecto de diuréticos: mezcla medio vaso de zumo de naranja con medio melón y 2 zanahorias licuadas. Añádele un plátano pasado por la batidora. Este zumo es extremadamente rico en potasio.
- **Resfriados:**
El zumo de naranja es ideal para prevenir los resfriados debido a su alto contenido de vitamina C. Empieza el día con un vaso de zumo de naranja, tu cuerpo lo agradecerá.

valmasera
PRODUCTOS ECOLÓGICOS

<http://www.valmasera.com>
Tel. 91 745 04 60
ecoalternativa@ecoalternativa.com

presenta
LA RECETA

COCKTAIL ZUMO-FIESTA

● **Ingredientes (para 8 Personas):**

- 3 vasos de zumo de piña.
- 2 vasos de zumo de melón.
- 2 vasos de zumo de melocotón.
- 1/2 kilo de fresas pasadas por la licuadora.
- 250 ml de agua muy fría.
- 4 cucharadas de azúcar o miel.

● **Preparación:**

Mezclar todos los zumos, poner los cubitos de hielo, añadir el azúcar o la miel y remueve bien con una cuchara de madera.

- Producto: Zumo 100% Ecológico VALMASERA
- Formato: Botellas de Vidrio de 1000 ml.
- Frutas: Naranja, Manzana, Melocotón, Tomate, Piña y Mandarina.



NaturaSi
El Supermercado Natural

NaturaSi - España S.L.
c/ El Cid 3, 3º 28001 Madrid Tel. 91 781 37 46
e-mail: info@naturasi.es - www.naturasi.es