

Plan de Jugos Detox



MEJORA DEL SISTEMA INMUNE | Rivas Moreno Labs

Depura tu organismo y mejora tu sistema inmune con este plan de jugos recomendado por los expertos en nutrición.

Se recomienda incluir uno de los jugos al día y de ser posible tratar de hacer el plan de detox completo una vez a la semana. Es recomendado usar un procesador de jugos para preservar las vitaminas.

NOTA: El shot de *wellness* y *ginger air* es de 4 rodajas de jengibre y 4 limones. Para el resto de los jugos, los ingredientes son de una taza o un manojo.

INGREDIENTES

8AM - SKINNY LEMON

Cayena, limón, jengibre y agua de manantial

Beneficios: Desintoxicante, antiinflamatorio natural, digestivo, diurético, mejora el estado de ánimo.

9AM - POWER BEET

Betabel, piña, manzana y naranja

Beneficios: Promueve la eliminación de toxinas, reduce la inflamación intestinal y niveles de colesterol.

10:30AM - IMMUNE BOOST / WELLNESS SHOT

Jengibre, limones

Beneficios: Mejora el sistema inmunológico, una excelente fuente de energía, optimiza la desintoxicación y ayuda a combatir enfermedades respiratorias.

11:30AM / 5PM - GREENTOX

Betabel, piña, manzana y naranja.

Beneficios: Ayuda a recuperar la forma física y aumenta la energía y vitalidad.

1PM - CARROT GOLD

Zanahoria, naranja, piña, limón y cúrcuma.

Beneficios: Digestivo, mejora y estimula la producción de bilis, por lo que favorece la metabolización de las grasas.

3PM - GREAT FRUIT

Toronja y menta.

Beneficios: Digestivo que ayuda a transformar las grasas de nuestro cuerpo en energía.

6:30PM - GINGER AIR / WELLNESS SHOT

Jengibre, limones

Beneficios: Contiene propiedades antioxidantes. Ayuda a la desintoxicación, acelera el metabolismo y promueve la pérdida de peso.

8PM - GREEN TONIC

Kale, limón, pepino, manzana, apio, piña, lechuga romana y jengibre

Beneficios: Mejora el sistema inmune, limpia el hígado y ayuda a combatir la retención de líquidos.