Batido de melocotón y lima

Ingredientes



- 1 vaso de zumo de lima 200 ml
- 2 ó 3 mitades de melocotón en almíbar
- 2 rodajas de piña en su jugo o al natural
- 1 yogurt natural
- 1 cucharada de azúcar

Sobre esta receta

Este batido es realmente sabroso, lo que me llamó la atención la primera vez que lo probé fue lo rico que está y lo sencillo que es de hacer. Algunos lo llaman Perpigñan, aunque desconozco si es por la ciudad francesa o porque lleva piña. ¿Tu que opinas?.

Preparación

1. Cortamos en dados las mitades de melocotón y la piña y las echamos en una jarra.
2. Añadimos 1 yogurt natural y un vaso de zumo de lima (puedes usar el zumo de lima Rives).
3. Trituramos bien en una licuadora o con la minipiner con el objetivo de que la piña quede bien desecha y pueda tomarse el batido si se quiere a través de una pajita.

Variedades

- Podemos cambiar el zumo de lima por zumo natural de limón y naranja a partes iguales.

Truco

- Para preparar el zumo de lima Rives se pone una parte de agua y otra del zumo. También puedes usarlo sin diluir.

Sin gluten

- Esta receta es apta para las personas que tienen intolerancia al gluten, pues los ingredientes que utilizamos están libres de gluten.