



Zumo Antioxidante Rojo

ANTIOXIDANTE ROJO sin verduras de hoja verde

- 1 tomate grande maduro
- 1 zanahoria
- 50 gr de fresas
- Bayas de goji

Este zumo no se introduce en la clasificación de zumos verdes ya que no incluye ningún ingrediente de hoja verde, pero es igual de importante y nutritivo al estar preparado con frutas y vegetales a la vez.

Se caracteriza por su color rojo ya que es rico en caroteno, pigmento que se encuentra sobre todo en el tomate y la zanahoria. Este pigmento es un precursor de la vitamina A que actúa como antioxidante.

Además, las fresas y las bayas de goji contienen muchos antioxidantes