

## OBJETIVO

Aprender a fortificar una Leche Vegetal de manera natural y sencilla.



# DÍA 23

## QUÉ APRENDES

### CÓMO FORTIFICAR LA LECHE VEGETAL

## DATO CURIOSO

Si tienes Vitaminas y Calcio en pastillas o en gotas, también puedes incorporarlas al momento de licuar la Leche Vegetal junto con el resto de los ingredientes.

Si usas pastillas, ten en cuenta que el procesador que uses debe ser bien potente.

La Leche Vegetal que obtengas con este tip, no debe ser colada.

Procede a reservarla en heladera/nevera como haces de costumbre.