



Kiwi Berry Blend

Makes 4 servings. *1 cup per serving.*

Prep time: 5 minutes

Ingredients

- 1-2 kiwis, sliced or cut in chunks
- 2 cups strawberries, cut in half

Preparation

1. Fill pitcher halfway with ice.
2. Add sliced kiwis and strawberries.
3. Fill with water. Chill for at least 20 minutes before serving.
4. Store in refrigerator and drink within 24 hours.



Drink water instead of sugary drinks.



Kiwi y fresa

Rinde 4 porciones. 1 taza por porción.

Tiempo de preparación: 5 minutos

Ingredientes

- 1-2 kiwis en rebanadas o cortados en trocitos
- 2 tazas de fresas cortadas por la mitad

Preparación

1. Llene la mitad de la jarra con hielo.
2. Agregue las rebanadas de kiwis y fresas.
3. Llene con agua. Deje enfriar por lo menos 20 minutos antes de servir.
4. Guarde en el refrigerador y tome en las próximas 24 horas.



Tome agua en lugar de bebidas azucaradas.