

Ser Consciente

Nutrición · Mente · Cuerpo

NUESTRAS RECETAS

SER CONSCIENTE NUTRICIÓN

serconsciente.nutricion@gmail.com



[@serconsciente.nutricion](https://www.instagram.com/serconsciente.nutricion)



www.serconscientenutricion.cl

Ser Consciente

Nutrición · Mente · Cuerpo

Probióticos

1) Kvass de frutas

https://www.instagram.com/p/ByGQy-eHkqR/?utm_source=ig_web_copy_link



2) Sauerkraut o Chucrut

https://www.instagram.com/p/ByINfNSnhSk/?utm_source=ig_web_copy_link

https://www.instagram.com/tv/ByIN9jZHNWR/?utm_source=ig_web_copy_link



SER CONSCIENTE NUTRICIÓN

serconsciente.nutricion@gmail.com

www.serconscientenutricion.cl

Ser Consciente

Nutrición · Mente · Cuerpo

3) Kombucha

https://www.instagram.com/p/CAiWsv5n_BQ/?utm_source=ig_web_copy_link

