

COSMOPOLITAN

Sono questi i frullati effetto detox da provare per prepararsi all'estate

Semplici e gustose, le ricette per mantenersi in salute aspettando il periodo più caldo dell'anno

DI **LEONARDO GRIMALDI** PUBBLICATO: 20/05/2024

Avere un'alimentazione sana ed equilibrata conta non pochi benefici. Gli alimenti con le loro differenti vitamine e minerali diventano così gli alleati beauty ideali per depurare l'organismo e mantenersi in salute con l'arrivo imminente del tepore estivo. Un must in questo senso sono i **frullati detox**, miscele facili da realizzare anche a casa con ingredienti healthy e gustosi. *Cosmopolitan Italia* ha raccolto cinque **ricette** che uniscono i benefici di frutta e verdura in nuovi mix golosi tutti da provare.

I migliori preparati da comprare online

Di seguito, *Cosmopolitan Italia* ha raccolto alcuni **smoothie** ready-to-go facilmente acquistabili online.



Kit di smoothie detox

The Longevity Suite