

BEBIDAS CON AGUA DE MAR

Estas Navidades regala salud

Comparte con los tuyos
unas deliciosas y sorprendentes
bebidas refrescantes con Agua de Mar

LIBRO DE RECETAS
CON AGUA DE MAR
www.surcarelmar.com

TRES RECETAS PARA LA NAVIDAD

- Bebida refrescante con limón (estilo gatorate): APERITIVO SIN ALCOHOL
- Jugo verde alcalino de perejil, pepino, limon, miel y jengibre: ENTRANTE
- Cocktail de caipirinha con agua de mar: PARA LA FIESTA (con y sin alcohol)

Disfruta de más recetas en

www.surcarelmar.com

MÁS INFORMACIÓN EN



www.surcarelmar.com

RECETAS PARA LA NAVIDAD

APERITIVO DE AGUA DE MAR CON LIMÓN

BEBIDA SÚPER REFRESCANTE DE LIMÓN (estilo gatorate)



INGREDIENTES

- 1 vaso de agua de mar
- 3 vasos de agua natural
- Jugo de 2 limones
- 3 cucharadas de azúcar mascabo
- Una pizquita de bicarbonato

PASOS

- 1o:** Disuelve el azúcar mascabo en medio vaso de agua.
- 2o:** En una la jarra pon el agua natural y el agua de mar.
- 3o:** Agrega el azúcar mascabo disuelto. Y una pizquita de bicarbonato.
- 4o:** Prueba el jugo y rectifica a tu gusto.

¡Cada preparado tendrá su peculiar sabor!

¡SÍRVELA BIEN FRIA Y DECORA TU VASO DE FIESTA!

*** ¡Enfría la bebida en la heladera! ¡Y agrega cubitos de jugo de limón! ***

Decora el vaso con un sabroso anillo de azúcar mascabo, una rodaja de limón y una bombilla de bambú.

¡Y sirve esta bebida, rica y saludable, a tus invitados!

MÁS RECETAS EN



www.surcarelmar.com

RECETAS PARA LA NAVIDAD

ENTRANTE SÚPER SALUDABLE

JUGO VERDE ALCALINO CON PEREJIL, PEPINO JENGIBRE Y LIMÓN



INGREDIENTES

- 1 vaso de perejil fresco
- 1 pepino
- Jugo de 1 limón, Jengibre rallado (al gusto)
- 3 vasos de agua natural por cada 1 vaso de agua de mar
- 2 cucharadas soperas de azúcar mascabo, o miel (opcional)

PASOS

- 1o:** Limpiar y cortar los ingredientes.
El pepino a daditos, el perejil, el jugo de limón, jengibre rallado (a gusto) y mascabo o miel (opcional).
- 2o:** Ponerlo todo en una jarra para licuar.
Añadir un vaso de agua de mar y tres vasos de agua natural, y batir muy bien, con la batidora o la licuadora.
- 3o:** Probar y rectificar... *¡Cada preparado tiene su peculiar sabor!*

¡SÍRVELA A TEMPERATURA NATURAL Y DECORA TU VASO DE FIESTA!

*** Decora el vaso con una ramita de perejil, y corteza de limón... puedes añadir algún picatoste ***
Otra variante riquísima de este jugo verde es con pepino, apio, manzana verde, limón, jengibre y miel.

MÁS RECETAS EN



RECETAS PARA LA NAVIDAD

PARA LA FIESTA, DIGESTIVO

CAIPIRINHA (CON Y SIN ALCOHOL)

INGREDIENTES

- 1 vaso de menta fresca
- 1 poco de jengibre
- 1 vaso de pulpa de fruta de lima o limón (al gusto)
- 3 cucharadas soperas de azúcar mascabo, o miel (opcional)
- 1 vasos de agua (muy fría)
- 1 vaso de agua de mar (muy fría)
- 2 vasos de hielo triturado
- 1 vaso de cachaça o ron (opcional)



PASOS

1o: Limpiar y cortar la menta, el jengibre, la pulpa de lima o limón.

Ponerlo todo en un bol, añadirle mascabo o miel y machacarlo bien hasta que salga todo su jugo.

Dejar reposar 15 minutos.

2o: Poner en una jarra: el 1 vaso de agua (muy fría), 1 vaso de agua de mar (muy fría), y colar el jugo machacado.

3o: Añadir 2 vasos de hielo picado, rodajas de lima o limón y unas hojas de menta para decorar. Y batir bien a mano.

P.D: Agregar 1 vaso de cachaça o ron (opcional).

¡SÍRVELO MUY MUY FRÍO Y DECORA TU VASO DE FIESTA!

*** Decora el vaso con una ramita de menta, y corteza de limón ***

MÁS RECETAS EN



www.surcarelmar.com