

**FESTEJA ESTE DÍA DEL AMOR Y LA AMISTAD, DISFRUTANDO DE UNA BARRA DE DELICIOSOS Y SALUDABLES SMOOTHIES**

* *Silk® te comparte las mejores recetas, para divertirte y disfrutar del Día de San Valentín con deliciosas y saludables creaciones.*

Si planeas reunirte con tus amigas este 14 de febrero, diviértanse juntas preparando estas recetas de smoothies hechos con Silk®, que seguro les van a encantar.



**Bananaberry Blast**

1 vaso de leche de almendra Silk

7 fresas maduras sin corazón

1 plátano

3 ó 4 gotitas de vainilla



**Rosa Mexicano**

1 vaso de leche de almendras Silk Vainilla

6 lychees frescos sin piel

1/4 de taza de betabel rallado

1/2 de taza de fresas congeladas

1/4 de taza de frambuesas congeladas

1 cucharadita de jengibre fresco



**Fresh Papaya**

1/4 taza de papaya

1/2 taza de leche de almendras Silk

1/2 cucharada de jengibre recién rallado

Zumo de medio limón

4 hojas de menta fresca

Puedes agregar algún superfood como canela, miel orgánica, cacao nibs o polen de abeja, para darle un twist a las recetas.

Añadir alimentos saludables a tu dieta, y basarla en frutas, legumbres, semillas y frutos secos, tendrá un impacto positivo en tu organismo. Las almendras son grasas buenas, contienen omegas que nos ayudan a bajar el colesterol, además de ser altas en fibra, lo que nos ayuda a limpiar el organismo.

Porque no tenemos que renunciar a los placeres de la vida, esperamos que disfrutes más este día con los consejos de Silk®.

#HolaBienestar

#DiSilkaEstarMejor

Conoce más de Silk® en sus redes sociales:

|  |  |
| --- | --- |
| Macintosh HD:private:var:folders:9q:dx9d9n854xv0d5xptz_547fr0000gn:T:TemporaryItems:facebook-symbol_318-37686.jpg | Silk Mx |
| Macintosh HD:private:var:folders:9q:dx9d9n854xv0d5xptz_547fr0000gn:T:TemporaryItems:twitter-square-logo.png | @silkmx |
| Macintosh HD:private:var:folders:9q:dx9d9n854xv0d5xptz_547fr0000gn:T:TemporaryItems:glyph-logo_May2016_200.png | silkmx |

***Sobre Grupo Danone***

*Con más de 30 años en la República Mexicana, Grupo Danone se ha especializado en productos lácteos como el yogurt y en bebidas como agua embotellada, cuya variedad y calidad han hecho la diferencia en la alimentación de toda la familia. Desde hace unos meses la empresa ha apostado por los productos de base vegetal con la compra de Whitewave que incluye productos como: Silk®, So Delicious, Delight.*

*A escala internacional Grupo Danone cuenta con cerca de 190 plantas productivas y alrededor de 100 mil empleados, lo que genera ventas por más de 20 billones de euros.*

***Sobre Silk****®*

*Silk® compite dentro del mercado de productos desarrollados a base vegetal. Sus productos están hechos a base de: frutos secos, así como de cereales y semillas. Silk® tiene un aspecto similar a la leche de origen animal, pero NO es un producto lácteo. Es considerado “alimento líquido”. La marca cree que los mejores alimentos contienen ingredientes que han crecido de la manera más natural posible. La marca Silk® lidera este mercado con un Share Of Market de 27% en valor y 19% en volumen.*