

Lista semanal de compras

Ayuno de Agua + Electrolitos · De lunes a domingo

8

Ingredientes únicos

28

Porciones de recetas

4

Recetas únicas

3973,6 g

Peso total estimado

Ingredientes básicos

8 elementos

- | | | |
|--------------------------|---|----------------------------------|
| ☐ | Agua del grifo, potable
Se utiliza en 1 receta, como Apta para ayuno, Sopa miso | 1 serving 8 fl oz (237 g) |
| ☐ | Agua mineral con gas
Se utiliza en 1 receta, como Limonada con sal | 1800 g (1800 g) |
| ☐ | Alga Nori, lámina seca
Se utiliza en 1 receta, como Apta para ayuno, Sopa miso | 1 lámina (3 g) |
| ☐ | Bebidas, té, verde, infusionado, normal
Se utiliza en 1 receta, como Té Verde | 7 tazas (1715 g) |
| ☐ | Hierba de limón (citronela), cruda
Se utiliza en 1 receta, como Té Herbal | 14 cucharadas (67,2 g) |
| ☐ | Miso
Se utiliza en 1 receta, como Apta para ayuno, Sopa miso | 1 cucharada (17 g) |
| ☐ | Sal de mesa yodada
Se utiliza en 1 receta, como Limonada con sal | 6 dashes (2,4 g) |
| ☐ | Zumo de lima, sin procesar
Se utiliza en 1 receta, como Limonada con sal | 3 lime yields (132 g) |