



# para ti

especial:  
*Navidad*

TERMINA EL 2010, LLEGAN LAS FIESTAS. UN NUMERO PARA QUE EMPIECES A CELEBRAR, A ELEGIR REGALOS, A MIRAR ESTILOS, A IDEAR MENUES NAVIDEÑOS Y A PENSAR EN COMO DISFRUTAR, TAMBIEN, LAS VACACIONES.

Pasto. Para beber.



● **Belleza verde.** El pasto de trigo orgánico suma cada día más adeptos entre los fanáticos de la alimentación saludable. El *grass*, como se lo conoce, hoy se consigue en los más renombrados sitios *gourmet*. Se consume en forma de jugo y aporta un 70% de clorofila fresca, un elemento con propiedades anti-bacterianas que fortalece el sistema inmunológico y reduce la anemia. De alto poder nutritivo, posee la mayor parte de las vitaminas y minerales –calcio, hierro, magnesio, fósforo, potasio, sodio y zinc– recomendados para mantener el cuerpo saludable. Sus propiedades son absorbidas por el flujo sanguíneo y aportan energía de inmediato. Es el favorito de los deportistas, ya que además ayuda a purificar la sangre. Y se consigue en Buenos Aires. A tomar pastito, entonces.