

  **Las infusiones de frutas**

Hay varias maneras de preparar las bebidas de frutas y una, bastante popular, es la infusión. Nancy Loaiza es una videobloguera colombiana que hace videos sobre cómo preparar alimentaciones saludables, entre otros temas. Mira su video, [DIY: ¡Haz infusiones saludables de frutas! para ver cómo preparar estas bebidas.](#)

- a. Habla con un/a compañero/a y definen lo que es una infusión de frutas. Indica si han probado una alguna vez y cómo les pareció.

- b. Mira el video y completa el organizador gráfico con el nombre de las frutas que usa para las infusiones y los beneficios que menciona.

DIY: ¡Haz infusiones saludables de frutas!

Frutas usadas	Beneficios para nuestro organismo
Infusión número 1	
Infusión número 2	
Infusión número 3	

- c. Ahora te toca a ti. Inventa una combinación de por lo menos tres frutas y verduras para hacer tu versión de una infusión.

- d. Presenta tu infusión a un grupo de seis a ocho compañeros de clase. Con tu explicación, incluye imágenes para mostrar las frutas, verduras, y otros ingredientes que contiene. Explica también los beneficios de tu infusión.

e. Mientras presenten tus compañeros, toma apuntes en el organizador gráfico de cómo son sus infusiones.

Presentador	Frutas	Beneficios
Modelo: Raúl	limón, pepino, espinaca	muchísima vitamina C; limpia de toxinas el organismo
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		