

  **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
<b>Modelo:</b> Raúl	limón, pepino, espinaca	muchísima vitamina C; limpia de toxinas el organismo
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		