

JABLKO-CELER

Jaro-Zima, proti stresu, Posilující

Na
4
Sklenice

Ingredience:

4 jablka Granny
2 kusy celerové natě
1 tenký plátek zázvoru
½ žlutého citrónu
sůl

Příprava: Ovoce a zeleninu dobře omyjte. Vkládejte do odšťedivky J 80 Ultra/J 100 Ultra postupně celer, zázvor a zelená jablka. Přidejte do směsi trochu soli. Ihned podávejte, aby zůstaly zachovány všechny vitamíny.

Idea pro zdobení: Skleničky zdobte jemnými plátky jablka, nakrájenými pomocí vašeho krouhače zeleniny Robot-Coupe (použijte disk plátkovač 1 mm).

Blahodárné účinky: Šťáva jablko-celer umožňuje snížit stres a insomnii.

Jiná idea: Jablka můžete nahradit hruškami.

