

WASSERMELONENSAFT MIT HONIG

Sommer, erfrischend, gesund, natürliche Abwehrmechanismen

Für
3
Gläser

Zutaten:

750 g Wassermelone

1/2 geschälte Zitrone

20 g Honig

20 ml Wasser

Zubereitung: Das Wasser mit dem Honig zum Sieden bringen und abkühlen lassen.

Die Wassermelone schälen, entkernen und in große Stücke schneiden. Die Wassermelone und die geschälte Zitrone in den Entsafter J 80 Ultra bzw. J 100 Ultra geben.

Zunächst den verdünnten Honig und dann den Wassermelonensaft in die Gläser gießen.

Garnier-Tipp: mit dünnen Wassermelonenscheiben servieren.

Wirkung: Die zum größten Teil aus Wasser bestehende Wassermelone ist Durst stillend und erfrischend und macht aufgrund ihres **niedrigen Kaloriengehalts** garantiert nicht dick. Außerdem enthält sie die Vitamine A, B und C.

Robot-Coupe-Tipp: Vor dem Entsaften müssen Früchte mit dicker Schale (z. B. Wassermelonen) geschält werden.

