BOOSTING CARROTS

Hiver, Bonne Mine, Antioxydant, Vitamine A

Pour 4 Verres

Ingrédients :
4 carottes
4 oranges
1 tranche fine de gingembre
glaçons

Préparation : Inutile de peler les carottes, lavez-les en les brossant. Epluchez les oranges. Passez-les avec le gingembre et les carottes à la centrifugeuse J 80 Ultra/J 100 Ultra.
Répartissez la préparation ainsi obtenue dans quatre verres. Ajoutez des glaçons et servez aussitôt.
Idée déco : décorez avec une tranche d'orange et une olive.

Bienfaits : Très riche en bêta-carotène, le jus de carotte est donc bon pour la vue et la peau.

Astuces Robot-Coupe : A la centrifugeuse Robot-Coupe **les carottes peuvent être passées entières par 2 ou par 3**. Épluchez toujours les agrumes pour éviter l'amertume. **Passez-les entiers sans prédécoupe.**