

CLASSICO

Inverno, Tonificante, **Economico**, Colorito radioso

Per
3
Bicchieri

Ingredienti:

4 carote
3 mele
1 limone

Preparazione: Sbucciare il limone. È inutile spelare le carote, basta spazzolarle sotto l'acqua corrente. Passare le carote, le mele e il limone nella centrifuga J 80 Ultra/J 100 Ultra.

Mescolare bene e servire.

Benefici: La mela, ricca di vitamina C, permette di diminuire il colesterolo.

Altra idea: Potete sostituire le mele con delle pere.

Astuzia Robot-Coupe: Con la centrifuga Robot-Coupe, non è necessario tagliare le mele di dimensioni medie! Utilizzare preferibilmente mele Golden, che sono più ricche di succo.

