

OGÓREK Z MLEKIEM

Zima, Oryginalny pomysł, Trawienie, Witamina E

Na
4
Szlanki

Składniki:

1 ogórek
4 zielonych jabłka Granny
3 łyżki koperku
½ cytryny
kozie mleko

Przygotowanie: Obieranie ogórka nie jest konieczne, gdyż jego skórka zawiera witaminy i nadaje sokowi lepszy kolor. W takim przypadku, lepiej jest używać ogórków ekologicznych. Przepuścić przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra ogórki, jabłka, koperek, a następnie połówkę cytryny. Sok zmieszać z kozim mlekiem.

Pomysł na dekorację: Podawać z cienkimi plasterkami rzodkiewki wyciętymi za pomocą szatkownicy do warzyw Robot-Coupe używając tarczy do plastrów 1 mm.

Korzyści: Ogórek ma doskonałe właściwości oczyszczające i moczopędne. Białko i tłuszcze mleka koziego są łatwiej strawne niż białko i tłuszcze mleka krowiego.

Porada Robot-Coupe: Użycie sokowirówki Robot-Coupe nie wymaga uprzedniego krojenia średniej wielkości jabłek, ani usuwania gniazd nasiennych lub ogryzków.

