

WZMACNIAJĄCA MARCHEWKA

Zima, Dobry wygląd, Antyoksydant, Witamina A

Na
4
Szklanek

Składniki:

4 marchewki
4 pomarańcze
1 cienki plasterki imbiru
kostki lodu

Przygotowanie: Obieranie marchwi jest zbędne, wystarczy je umyć szczotką. Pomarańcze obrać ze skórki. Przepuścić je przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra wraz z imbirem i marchwią.

Rozlać do czterech szklanek. Dodać kostki lodu i podawać zaraz po przygotowaniu.

Pomysł na dekorację: Udekorować plasterkiem pomarańczy i oliwką.

Korzyści: Bardzo bogaty w beta-karoten sok z marchwi dobrze wpływa na wzrok i skórę.

Porada Robot-Coupe: Przez sokowirówkę Robot-Coupe można przepuścić całe marchewki, po 2 lub po 3. Owoce cytrusowe należy zawsze obrać ze skórki, aby usunąć gorycz. Przepuszczać je przez sokowirówkę całe bez uprzedniego krojenia.

