

# ELMA-KİVİ

Kış, Kuvvet ilacı, Antioksidan, Vitamine C

3

Bardak

hazırlamak için

**İçindekiler:**

3 yeşil elma Granny-smith

½ kireç limon

3 kivi

**Hazırlama:** Limonun kabuklarını çıkarınız. Kokteylin yeşil rengini korumak için kivileri soyunuz. Bunları elmalar ve yeşil limon ile J 80 Ultra/J 100 Ultra santrifüjden geçiriniz.

Bir kaşıkla karıştırınız ve derhal ikram ediniz, çünkü elma çabuk kararır.

**Faydalar:** C vitamini, bakımından çok zengin olan kivi, organizma için mükemmel bir kuvvet ilacıdır.

**Diğer fikirler:** Meyve suyu sizin için çok asitliyse, biraz bal veya şeker kamışını tereddütsüz ekleyiniz. Kivilerin yerine bir salatalık veya bir dal kereviz koyabilirsiniz.

**Robot-Coupe Püf Noktaları:** Robot-Coupe santrifüjünüzle, orta büyüklükteki elmaları kesmeniz gerekmez, ne de orta kısmını veya eşeleğini çıkarmanız gerekir.

