

TATLI GREYFURT

İlkbahar, Kuvvet ilacı, Antioksidan, Antikolesterol

3

Bardak

hazırlamak için

İçindekiler:

250 g portakal

250 g greyfurt

250 g çilek

Hazırlama: Acı olmaması için portakal ve greyfurtları soyunuz. Saplarını çıkarmadan çilekleri yıkayınız. Hepsini J80 Ultra/J100 Ultra santrifüjden geçiriniz.

İyice karıştırınız ve meyve suyunu bardaklara dağıtınız.

Faydalar: Portakal ve greyfurt özellikle **vitamine C** bakımından zengindir.

Diğer fikirler: Meyve suyu çok fazla asitli ise, tereddütsüz biraz bal veya şeker kamışı ekleyiniz.

Robot-Coupe Püf Noktaları: Önceden soyduğunuz turunçgilleri kesmeden bütün olarak santrifüjden geçiriniz.

