

Almás-gyömbéres céklaturmix

Elkészítési idő: 10 perc

Hozzávalók 2 személyre:

1 db cékla

1 db alma

kb 1 cm friss gyömbér

200 ml ásványvíz

1. A céklát és a friss gyömbért pucold meg és szeleteld fel. Érdemes apróra vágni a hozzávalókat, ezzel is védve a túlterheléstől a turmixgépet illetve amennyiben az alma bio termesztésű, nem szükséges meghámozni.
2. Szórd alapanyagokat a turmixgépbe és önts hozzá 200 ml vizet.
3. Turmixold össze, az eredmény egy tápláló és sűrű ital lesz.