

# Wiosenny detox drink :)



Autor: **Murena**

Przepisów: **174** Ocena: **2501**



1-2 os.



15 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 1 średni burak
- 1 duże jabłko
- 1 duża marchewka
- 1 szklanka świeżego szpinaku

## Sposób przygotowania:

- 1 Marchewkę, buraka, jabłko obrać i wycisnąć sok w sokowirówce.

Następnie przelać do blendera wsypać umyty szpinak i zblendować.

Gotowe koktajl wychodzi taki z pianką pycha a jaki zdrowy ;).

Pić zaraz po przygotowaniu lub przechować detox drink w lodówce w szklanym słoiku do 12 godzin.

**NA ZDROWIE!!!!**



Twoje notatki do przepisu: