Grønnkåljuice med eple, druer og ananas

Ingredienser



♥ 150 g grønnkål
♥ 2 grønne epler
♥ 1 klase grønne, stenfrie druer
♥ 1/2 fersk ananas
♥ 1 avokado
♥ 1 lime

Fremgangsmåte

Skyll grønnkålen i kaldt vann og kjør den deretter igjennom en Slowjuicer.

Del opp eplene og fjern kjernen med stenene, men du trenger ikke å skrelle eplene. Ha eplebitene i slowjuiceren og deretter renset ananas, druer, renset avokato og fruktkjøtt fra limen.

Nyt juicen kald!

Tips

♥ Hjelpemiddelet som trengs for å lage all verdens helsebringende juicer er en Slowjuicer som skånsomt kværner frukt og grønnsaker slik at mest mulig av næringsstoffene bevares.

♥ Ferskpresset grønnsaksjuice er så næringsrikt at det ofte holder med et lite glass av gangen. Resten kan oppbevares i kjøleskapet i opptil 2 dager.

♥ Se også andre varianter av grønnsaksjuicer her på Det søte liv, for eksempel Rødbetejuice med selleri og gulrot, Tropisk gulrotjuice og Ingefærshots med eple og lime.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/gronnkaljuice-med-eple-druer-og-ananas