

Kontrastreicher Apfel-Rotkohl-Saft

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Gläser

1 Teelöffel frischer Ingwer, geschält und gehackt
2 grüne Äpfel (z.B. Granny Smith)
1/2 Zitrone
4 Zweige Minze
1/4 Rotkohl

Besonderes Zubehör

Entsafter

Gegensätze ziehen sich ja bekanntlich an. In diesem Saft sind sie nicht nur besonders hübsch anzusehen, sondern ergänzen sich auch gegenseitig wunderbar im Geschmack.

- 1 -

Die Äpfel vierteln und mit der Minze und dem Ingwer entsaften. Zitrone auspressen und den Saft untermischen. Den Auffangbehälter des Entsafters reinigen.

- 2 -

Den Rotkohl in Stücke schneiden und entsaften.

- 3 -

Zum Servieren erst den grünen Saft in ein Glas geben und umrühren. Anschließend vorsichtig mit einem Löffel den Rotkohlsaft auf dem grünen Saft verteilen, damit sich zwei Schichten bilden. Dabei vermischen sich die verschiedenfarbigen Flüssigkeiten leicht, wodurch ein schöner Farbverlauf entsteht.