

Belebender Rote-Bete-Saft mit Ingwer

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



geben.

- 4 -

Den Saft mit etwas Wasser verdünnen, falls Sie ihn weniger süß mögen.

Zutaten für 600 ml

2 frische Rote Beten
2 Äpfel
1 große Möhre
1 Teelöffel frischer Ingwer, geschält und gehackt
1 kleine Zitrone
1 Limette

Besonderes Zubehör
Entsafter

- 1 -

Die Roten Beten, Äpfel und die Möhre gründlich waschen.

- 2 -

Die Roten Beten und Äpfel vierteln, die Möhre in große Stücke schneiden und alles zusammen mit dem Ingwer entsaften.

- 3 -

Zitrone und Limette auspressen und zu dem übrigen Saft