

Grøn juice

Ingredienser

- 3 æbler
- 200 g. ananas
- 2 store håndfulde spinat
- 1 lime
- 2 cm frisk ingefær
- isterninger

Sådan gør du

1. Alt afhængig af hvilken juicer du har, kan du enten bare køre hele frugter i – eller sortere kernehus osv. fra. Jeg har en skøn juicer, så jeg netop bare kører hele æbler i.
2. Skærer lige skrældet af ananasen, men ellers i med den samt spinaten og ingefær.
3. Af med limeskallen – og i med kød og saft
4. Kom det hele i et glas med isterninger og nyd dejlig kold