



“Estratto vegetale al profumo di cannella”

Ingredienti per 4 persone

- ✓ 500 grammi di carote
- ✓ 500 grammi di melone
- ✓ 150 grammi di cetrioli
- ✓ 100 grammi di mirtilli
- ✓ 10 grammi di mandorle
- ✓ zenzero fresco (q.b)
- ✓ cannella in polvere (q.b)

Preparazione

Lavate e mondate i vegetali. Tagliateli a tocchetti e inseriteli in modo sequenziale nell'estrattore.

Si consiglia di bere il succo immediatamente dopo l'estrazione per mantenere il più possibile inalterata la concentrazione delle sostanze preziose per la nostra salute.

È possibile eventualmente conservarlo in frigorifero per 24 o al massimo 48 ore in un contenitore ermetico.

Buona salute a tutti!