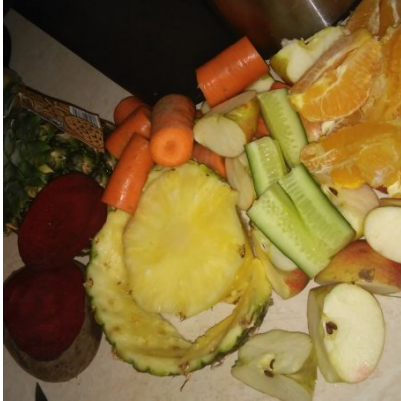


## sok ananasowy



EEEE



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

<b>ananas</b>	1 szt
<b>jabłka</b>	6 szt
<b>pomarańcza</b>	2 szt
<b>marchewka</b>	3 szt

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

wszystkie owoce należy starannie umyc nie obierać oprócz ananasa , ponieważ pod skórką znajduje się najwięcej witamin

Całość wrzucać do sokowirówki idealna przekąska dla dzieci zwiększa odporność. A my możemy przemycić np burak, czy selera naciowego do soku które są rewelacyjnymi źródłami witamin.