

Koktajl z warzyw



RENATAZ-ET



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

marchew	1 kg
seler	1 szt
cebula	2 szt
szpinak ugotowany	2 łyżki
sól	do smaku
cukier	do smaku
jabłko kwaśne	2 kilka szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Warzywa umyć, oczyścić, opłukać i wraz ze szpinakiem wycisnąć sok w sokowirówce. Wlać 1 szklankę przegotowanej wody, wymieszać. Przyprawić do smaku solą i cukrem. Podawać w małych szklaneczkach bezpośrednio po przyrządzeniu.