

Jus coup de fouet

Bien être / boisson

Par Qookster



Détail de la recette



Difficulté
Facile



Couverts
4



Prix
\$



Préparation
10min



Cuisson
0min

Pour booster ta vitalité

Salut, Qooking te veut du bien, cette semaine des recettes de boissons fit et saines rien que pour toi! Voici un petit jus qui t'aidera à garder ton énergie en ce début de semaine. Avec des produits de saison à pleine maturité, tu tireras le meilleur de leurs bienfaits. Un jus carotte, orange, citron et gingembre: un vrai cocktail de vitamines (et c'est aussi bon pour le teint!), alors n'hésite pas à en boire un grand verre.

Liste des ingrédients

Ingrédients	2 citrons
1 kg. de carottes	2 cm de gingembre frais
8 oranges	

Étapes de préparation

1

Pèle les carottes et le gingembre.



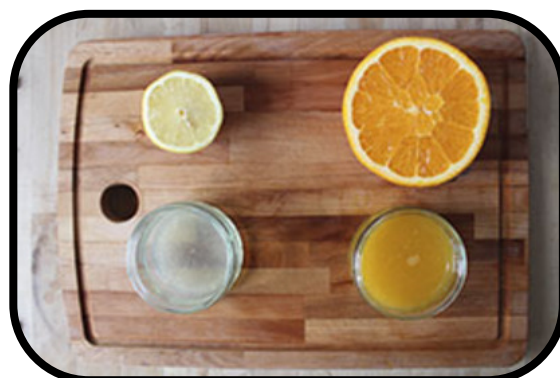
2

Passe-les à la centrifugeuse et réserve le jus au frais



3

Presse les oranges et les citrons



4

Mélange tous les jus ensemble.



5

Sers-toi un grand verre et profite de toutes ces vitamines!
Santé.

