

Centrifuga di frutta e verdura

Bevanda/spuntino

Difficoltà: facile

Tempo di preparazione: 15 minuti

Ingredienti (per 2 persone)

- 2 mele
- 1 arancia rossa
- 1 fetta di ananas
- 1 cetriolo
- 1 cuore di sedano
- 1 pezzetto di zenzero
- Menta fresca q.b.

Preparazione

Lavare accuratamente frutta e verdura.

Tagliare tutti gli ingredienti a pezzetti e centrifugare.

Mescolare bene il succo ottenuto e versare nei bicchieri.

