

## Centrifuga di frutti di bosco e anguria

### Bevanda/spuntino

**Difficoltà:** facile

**Tempo di preparazione:** 15 minuti

### Ingredienti (per 4 persone)

- 150 gr di frutti rossi (mirtilli, more, lamponi, ribes)
- ¼ di anguria
- 2 mele
- 1 cucchiaino di zenzero in polvere
- ½ cucchiaino di cannella in polvere
- 1 limone
- Menta fresca q.b.

### Preparazione

Lavare accuratamente tutta la frutta.

Frullare i frutti di bosco con la menta fresca.

Tagliare a pezzi l'anguria, le mele e il limone e centrifugare.

Mescolare la centrifuga col frullato di frutti rossi.

Versare nei bicchieri e spolverizzare con zenzero e cannella.

*Una porzione di centrifugato sostituisce uno spuntino a base di frutta.*

