



Koktajl dla zdrowego trawienia

 Zielone Koktajle

Polecane na: [napoje](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 5 min

 2 porcje

Składniki:

pomarańcza - 1 szt.

ziarna granatu - 1/2 szklanka

marchewka - 1 szt.

woda - 1 szklanka

kurkuma - 1/2 łyżeczka

Dodatkowe info:

Przepis pochodzi z naszej książki Zapraszamy -> zielonekoktajle.pl/ksiazki

Sposób przygotowania:

KROK 1: Umyte i obrane marchewkę oraz pomarańczę zmiksuj z kurkumą, granatem i wodą na gładki koktajl. Koktajl można przygotować także w blenderze/mikserze, nie wyciskając soku, tylko miksując obrane marchewki i pomarańcze. Dodaj wtedy dodatkowo szklankę wody.