

SAFT ZUM ENTSPANNEN



Zubereitung : 5 min - **Ruhen :** -- **Garen :** -- **Material :** Extra Press-Einsatz ou saffilter

Zutaten : 2 gläser

- ½ Ananas (400 g) - 1 Handvoll Spinat - 1 Apfel - 20 Blätter Minze - 2 Limetten

1. Die Ananas schälen, den harten Innenteil entfernen und in Stücke schneiden. Den Apfel waschen und halbieren. Den Spinat und die Minze waschen. Die Limetten schälen.

2. Für die Zubereitung eines Smoothies die zusammen eingerollten Spinat- und Minzeblätter, den Apfel, die Limetten und schließlich die Ananas mit dem Extra-Press-Einsatz entsaften. Für die Zubereitung eines dünnflüssigeren Saftes den Saffilter verwenden.

Juice Expert 4 ■

Juice Expert 3 ■

Juice Expert 2 ■