



Tekst i zdjęcie: **Kuchnia** - SzeF Kuchni (1010)
Napój z marchwi i jabłek (owoców różnych)

W podobny sposób można przygotować napój z marchwi z dodatkiem innych owoców np: porzeczek, malin, truskawek lub żurawiny.

Składniki:

- skórka cytrynowa, 1 łyżecz.
- cukier, 1 szczypta
- jabłko, 40 dag
- marchew, 70 dag

Sposób przygotowania:

Wodę (1,5 szklanki) przegotować razem ze skórą cytrynową. Marchew umyć, oskrobać i zetrzeć na tarce o małych otworach. Jabłka obrać i również zetrzeć. Utartą marchew i jabłka zalać przegotowaną i ostudzoną wodą i pozostawić na 1 godz. Sok odcisnąć, postłdzić, oziębnić, zlać do dzbanka i rozlewać do szklanek. Sok z marchwi i jabłek można uzyskać posługując się sokowirówką.

