

JUICE MED ANANAS OG KIWI

Dejlig juice med ananas og kiwi, der både er sødmefuld og syrlig. Gulerod giver en smuk orange farve, og de tropiske frugter gør juicen frisk og lækker.

•

Til

- 1 ananas
- 4 kiwier
- evt. 4 gulerødder

FEDTFATTIG

Skær skrællen af ananassen, og skær frugtkødet i mindre stykker (også den hårde stok i midten).

Halvér kiwierne, og tag det grønne frugtkød ud med en ske. Skær det i mindre stykker.

Skyl gulerødderne (eller skræl dem, hvis det er nødvendigt), og skær dem i mindre stykker.

Kom skiftevis lidt ananas, kiwi og gulerod i juicepresseren, indtil det hele er presset til juice.

