

JUICE MED RØDBEDE OG ÆBLE

Rund, mild og let tilgængelig rødbedejuice med sødmefulde æbler, som balanceres med et syrligt strejf af citron.

•

Til

- 300 g rødbeder
- 6 æbler
- 1/2 økologisk citron

FEDTFATTIG

Skræl [rødbederne](#) og skær dem i mindre stykker.

Skyl [æbler](#) og citron og skær dem ligeledes i mindre stykker. Fjern eventuelle kerner fra citronen.

Kom skiftevis lidt æble, rødbede og citron i juicemaskinen, indtil det hele er presset til juice.

Hvis juicen indeholder meget frugtkød (afhænger af æblerne og hvilken juicepresser, der bruges), kan den evt. sies gennem en sigte, men det er ikke nødvendigt. Det er smag og behag, og juicen er sundere, hvis man undlader at si den.

