



Rajčatové smoothie

Ingredience

rajčata: **3** ks
rajčatová šťáva: **100** ml
mrkev: **1** ks
řapíkatý celer: **10** cm
jablečná šťáva: **100** ml
voda nebo led
chilli dle chuti

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Rajčata nařízneme na spodní straně do kříže, spaříme vroucí vodou, oloupeme a zbavíme tzv. bubáků. Rajčata, mrkev a celer nakrájíme na menší kousky a společně s rajčatovou a jablečnou šťávou rozmixujeme. Podle potřeby doplníme vodou. Rajčatové smoothie můžeme dochutit chilli kořením.

Rajčatové smoothie - recept

Rajčata nařízneme na spodní straně do kříže, spaříme vroucí vodou, oloupeme a zbavíme tzv. bubáků. Rajčata, mrkev a celer nakrájíme na menší kousky a společně s rajčatovou a jablečnou šťávou rozmixujeme. Podle potřeby doplníme vodou.

Rajčatové smoothie můžeme dochutit chilli kořením.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí