



Succo purificante

Buon sabato a tutti, oggi facciamo merenda con un succo a **base di limoni (per purificarci), arance, mele e carote.**

- Lavare bene la frutta e la verdura.
- Togliere la scorza del limone e arance e tagliarli a pezzi. Il limone può essere utilizzato con la buccia solo se edibile. La scorza di limone conferisce al succo un sapore più amaro.
- Avviare l'estrattore e introdurre gli ingredienti alternandoli.
- Servire il succo ben freddo, eventualmente aggiungendo del ghiaccio.