

BOOSTING CARROTS

Invierno, Buena cara, Antioxidante, **Vitamina A**

Para
4
Vasos

Ingredientes:

4 zanahorias
4 naranjas
1 rebanada fina de jengibre
hielo

Preparación: No es necesario pelar las zanahorias. Lavarlas cepillándolas.

Pelar las naranjas. Licuarlas con el jengibre y las zanahorias en la licuadora J 80 Ultra/J 100 Ultra.

Repartir esta preparación en cuatro vasos. Añadir hielo y servir de inmediato.

Idea para decorar: decorar con un gajo de naranja y una aceituna.

Beneficios: Muy rico en betacaroteno, el zumo de zanahoria es beneficioso para la vista y la piel.

Trucos Robot-Coupe: En la licuadora Robot-Coupe, las zanahorias pueden licuarse enteras, de 2 en 2 o de 3 en 3. Pelar siempre todos los cítricos para evitar el amargor. Licuarlos enteros, sin cortarlos antes.

