

RED COCKTAIL

Outono, Energético, Tónico, **Depurativo**

Para
4
Copos

Ingredientes:

1 beterraba vermelha bem lavada
2 cenouras
2 cachos pequenos de uvas pretas
2 maçãs Granny
pimenta de Caiena

Preparação: Retire rapidamente os bagos do engaço. Introduza a beterraba e as frutas na centrifugadora J 80 Ultra/J 100 Ultra.

Apure o sumo com pimenta de Caiena e sirva muito fresco.

Ideia de decoração: Decore o copo com uma fatia de mini-beterraba.

Benefícios: Energético e **muito depurativo**, o sumo de beterraba é muito benéfico para a regeneração sanguínea. A uva é um grande fornecedor de tónus.

Dicas Robot-Coupe: Não é necessário cortar as cenouras. Passe-as inteiras por duas ou três.

