



Jus vitaminé

Retrouvez toutes nos infos sur <https://federationseniorsmoselle.fr/>

Ingrédients :

ananas

feuilles d'épinard

concombre

branches de Céleri

citron vert

Coupez l'ananas en morceaux et lavez les feuilles d'épinards.

Coupez grossièrement le concombre.

Lavez et coupez les branches de céleri

Pressez le citron vert et réservez le jus.

Dans un blender, mixez le tout 1 à 2 mns en ajoutant le jus du citron vert.

Dégustez aussitôt.

