

28. RECEPT-OČIŠČEVALNI NAPITEK

Surovine:

Sestavine za 2 osebi

- 2gomolja rdeče pese
- 4korenčki
- 2grenivki
- 2jabolki
- 1svežega ingverja (približno 2 cm)

Postopek:

Sadje in zelenjavo temeljito operemo. Korenček po potrebi ostrgamo. Grenivko olupimo in razdelimo na večje kose. Jabolko in rdečo peso po potrebi olupimo in razrežemo na četrtine ali na poljubno velike kose.

Vse sadje in zelenjavo soočimo v sokovniku. Iztisnjen sok dobro premešamo, natočimo v kozarce in takoj postrežemo.

Vir: internet, Okusno.je

Paradižnikova solata z zelišči

Sestavine: 60 dag paradižnika

1 majhen koromač

2 mladi čebulici

1 neškropljena limona

olivno olje

šopek najljubših svežih zelišč (pehtran, bazilika, krebujica, koper, peteršilj, d)

sol in poper

Postopek:

Zelenjavo očistite in operite. Limono ožemite in lupinico nastrgajte. Paradižnik, koromač in mlado čebulico poljubno narežite. Sveža zelišča oplaknite in nasekljajte.

Olivno olje, limonin sok, sol, poper in malce limonine lupinice zmešajte ter prelijte zelenjavo. Zmešajte in potresite s svežimi zelišči.

Dober tek!