



Forever Young - Saft

Schritte: 3

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

1 Flasche

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 3 rote Urkarotten | 10 entsteinte Datteln |
| 1 Granatapfel | 2 rote Bete |
| 2 Birnen | |

Zubereitung

Glück im Glas

Säfte selbst machen ist ganz leicht! Einfach eine Handvoll Obst - frisch pressen - und im Nu hat man seinen Vitaminbooster im Glas. Probiere es einfach aus.

Für die Zubereitung bereitest du am besten erst alles vor:

- Gemüse & Obst schälen
- zurecht schneiden
- Entsafter bereitstellen

Alle Zutaten in den Entsafter geben. Den Granatapfel separat auspressen. Nach belieben mit Gewürzen (wie Ingwer) verfeinern. Mit Granatapfelkernen toppen. Fertig ist der Forever Young.

*Wenn du einen **Mixer** verwendest, musst du etwas Wasser zu den Zutaten geben. Nach dem Mixen kannst du die Masse mit einem Küchentuch auspressen oder abtropfen lassen.*

*Unser Rezept ergibt **etwa 500 ml Saft**.*