

# Särtsakas arbuusimahl



# Särtsakas arbuusimahl punase tšilliga

Lisa suvepäevadesse mõnusalt värtsi särtsaka arbuusimahlaga! Magusalt mahlane arbuus, magushapukas õun ja värskendav münt koos sutsukese tšilliga on kombo, mis sel suvel kindlasti ära proovida! Lisaks imelisele maitsele pakatab see särtsakas suvejook vitamiinidest, kosutab keha ja vaimu ning aitab sinu immuunsüsteemi tugevana hoida. Ühtlasi omab arbuusijook ka keha puhastavat toimet ning toetab jääkainete väljutamist organismist. Proovi järgi!

**Kogus:** 1-2 mahlasõbrale

**Valmistusaeg:** 10 minutit

**Raskuaste:** kerge

**Valmistamiseks vajad:**

- 400 g arbuusi
- ¼ värsket laimi
- ca 3 g värsket punast tšillit
- 3 g värsket münti
- 30 g õuna
- 10 g toorest peeti (valikuline, soovi korral)

## Kuidas arbuusimahla valmistada?

Pese, koori ja tükelda puuviljad ning surista mahlapressi abil mõnusaks mahlaks. PS! Soovi korral võid laimist mahla ka otse klaasi pigistada.