

**Jõudu andev õuna-ingveri-
sellerimahl**



Jõudu andev mahlapressi õuna ja ingveriga

Turguta keha särtsaka ingveri, magusa õuna ja tervendava selleriga! Tegemist on tõeliselt väeka joogiga, mis turgutab keha ja vaimu, valmib kiirelt ning maitseb hästi. Vajad vaid meelepäraseid õunu, jupikest värsket ingverijuurt ja mahlaseid sellerivarsi. Mahlapressi muidugi ka. Pressi puudumisel ära heida aga meelt – kui sul on kodus olemas blender või köögikombain, võid kõik koostisosad ka blenderi või kombaini abil ühtlaseks suristada ning seejärel läbi sõela kurnata.

Kogus: kahele mahlasõbrale

Valmistusaeg: 15 minutit

Raskusaste: kerge

Valmistamiseks vajad:

- 780 g meelepäraseid õunu
- 4-6 sellerivart
- umbes 2,5 cm jupp värsket ingverit (lisa rohkem, kui soovid veelgi särtsakamat tulemust)
- mahlapressi

Kuidas õuna-ingveri-sellerimahla valmistada?

Pese ja valmista ette õunad, ingver ja seller. Surista seejärel kõik koostisosad läbi mahlapressi ja joo koheselt.