

Jus détox curcuma carotte gingembre

Catégorie : Nutrition

Temps de préparation : 5 min

Les ingrédients

Pour 2 verres



Curcuma en poudre Bio
1 c. à c.

2 grosses carottes

1 grosse pincée de gingembre

1 pomme

1 orange

La préparation

Étape 1

Commencer par éplucher les carottes, la pomme et l'orange. Les couper grossièrement.

Étape 2

Mettre ensuite tous les ingrédients dans un mixeur et mixer.

Étape 3

Servir.

Notre astuce

Vous pouvez réaliser cette recette avec les fruits qui vous plaisent, banane, poire, fruits de saison...