

Morgenpower-Shot

Zutaten:

1 kg Karotten

2 Zitronen

30g Ingwer

2 TL Kurkuma



Zutaten:

Karotten mit einen Entsafter, entsaften. Die zwei Zitronen auspressen. Ingwer klein würfeln, und gemeinsam mit dem Zitronensaft zum Karottensaft dazugeben.

Zum Schluss Kurkuma dazu.

Jeden Tag ein Stamperl trinken