

Sok narandža, mrkva, jabuka



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **60** min

Sastojci

Potrebno je:

- 5-6 narandži
- 2 jabuke
- 1 limun
- 2 mrkve
- 4-5 mandarina
- **po želji** šecera
- **po potrebi** vode

Priprema

5 narandži oljuštiti i isjeci na kolutove, a 1 narandžu dobro oprati i isjeci sa korom. Pola limuna oljuštiti i isjeci, a pola nasjeci sa korom. Sve ostalo voće oljuštiti i nasjeci. Staviti u šerpu i nasuti vode toliko da potopi voće. Staviti po želji šecera i dobro skuhati. Kada je skuhan, tako ubacivati u blender i isitniti.

Uzeti najsitnije cjedilo, toliko sitno da proe samo najčišći sok, a ostanu one takozvane "dlačice" od voća. Kutlacom ili šoljom stavljati isitnjeno voće u cjedilo. Ako bude gusto razrijediti sa malom šoljicom vode kako bi prošlo kroz cjedilo. Ja sam 2 puta cijedila, ali i ne mora. Gotov sok izliti u bokal i odmah piti.

Savet

Prirodan sok bez limuntosa I bilo kakvih dodataka. Od ove koliine meni je izašao ovaj bokal sa slike. Nisam puno razrjeivala sok vodom, jer sam htjela da bude sto zdraviji.