

Napitak za detoksikaciju



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **5 min**

Sastojci

Potrebno je:

- 2 paradajza
- 1 šargarepa
- 1/2 limuna
- **malosoli**

Priprema

Očistiti šargarepu i paradajz i samleti ga u blenderu, dodati sok od pola limuna i malo posoliti.

Od ovih sastojaka ispadne 4 dl što je dovoljno za dve porcije.

Savet

Potrebno je piti ovaj sok 2 nedelje, pre ruka. Ve posle nedelju dana se primeti dejstvo. Poželjno je koristiti ovaj detoks metod par puta godišnje. Takoe se može piti i umesto užine jer je prilino hranljiv.