

JUS DE FRUITS DETOX

Ingrédients

1 grenade
1 mangue
1 pomme
1 kiwi
1 citron

Préparation

Etape 1 : Retirez les graines de la grenade

Etape 2 : Coupez la pomme, kiwi et mangue en dés après les avoir épluchés

Etape 3 : faites un jus de citron

Etape 4 : Mettez le tout dans le bol de votre thermomix

Etape 5 : Mixez pendant 30 secondes à vitesse 8.

POMME ET CELERI

Ingrédients

1 branche de céleri - sans feuilles,
1 pomme
4 carottes
1/2 citron.

Préparation

Etape 1 : Lavez bien les ingrédients ensuite pelez-les puis coupez-les en dés et faites un jus de 1/2 citron

Etape 2 : Mettez le tout dans le bol de votre thermomix

Etape 3 : Mixez pendant 1 minute à vitesse 5.