



apoday® Rezepte

Frühstück

Vitaminchen

100 ml Gemüsesaft
50 ml Möhrensaft
2 EL Artischockensaft (aus der Apotheke)
weißer Pfeffer
1 Prise Selleriesalz
Gurkenstick

Die gekühlten Säfte gut verrühren, mit Pfeffer und Selleriesalz kräftig würzen. In einem Glas mit Gurkenstick servieren.

33 kcal (138 kJ), 1,2 g Eiweiß, 0,2 g Fett,
4,6 g Kohlenhydrate