

Cherry lips ;)

Sezona je višanja - kušajte ih iz čaše u ovom osvježavajućem vitaminskom soku koji će poslužiti i kao lagani ljetni međuobrok.



Sastojci:

- 2,5 dl višanja
- 1 naranča
- 1 limun
- 1 jabuka
- 2 žličice meda
- 1 komadić đumbira
- malo cimeta

Priprema:

1. Višnjama izvadite koštice. Iscijedite sok naranče i limuna; ja u sok dodam i pulpu koja ostane na cjedilu (samo izvadim koštice). Jabuku očistite (ja ne gulim) i nasjeckajte. Komad đumbira (ovdje 1 cm) ogulite i naribajte.
2. Dodajte med, cimet i, po želji malo vode; ja sam dodala toliko vode da sa sokom naranče i limuna bude 3 dl tekućine. Umjesto vode možete upotrijebiti prohladen zeleni čaj.
3. Sve dobro izmiksajte u blenderu (ili štapnim mikserom) i poslužite odmah.

Napomene: Koristila sam jabuku, naranču i limun srednje veličine. Volite li slađe sokove, dodajte malo više meda - nama su dvije žličice bile dovoljne. ;) Recept je napisan 11.06.2015.