



LEKKER GEZOND GROENTESAPJE.

NODIG:

2 WORTELS

½ VENKEL

3 STENGELS BLEEKSELDERIJ

½ KOMKOMMER

½ COURGETTE

EEN BIETJE

PAAR STUKJES BROCCOLI

BEREIDEN:

- 1. ALLES GOED WASSEN**
- 2. SNIJ IN STUKJES**
- 3. DOE IN EEN BLENDER OF FRUITPERS**
- 4. GOED DOOR ELKAAR MALEN**
- 5. GIET IN EEN MOOI GLAS**
- 6. BEETJE VERS GEKNIPTE KRUIDEN EROVER**
- 7. PETERSELIE, DILLE OF WAT ER MAAR OP DE VENSTERBANK STAAT**
- 8. LEKKERE FLAVONOÏDEN, VITAMIENTJES EN MINERALEN**
- 9. WAAR JE LIJFFIE BLIJ MEE IS !**

DRINK SMAKELIJK ☺