



Smoothie

Ingrediënten

- 2 wortelen
- 1 peterseliewortel
- 3 cm gember
- 1/4 limoen
- 1 kl tarwegraspoeder
- 1 kl baobabpoeder
- 1 el chiazaad

Peterselie & wortel

Bereiding

1. Doe 2 wortelen samen met 1 peterseliewortel en 3 cm gember in de sapcentrifuge.
2. Pers 1/4 limoen en meng met het wortelsap.
3. Voeg 1 kl tarwegraspoeder toe en mix er 1 kl lucumapoeder, 1 kl baobabpoeder en 1 el chiazaad onder.

Zin in meer?

Onze heerlijke recepten vind je terug op www.purasana.be of in ons boek **Become A Super Food Chef**.