The Green Fork



BEGUDES · VEGÀ

# Suc vitamínic de pastanaga i taronja

10min · 4 racions · 75 kcal

## Ingredients

- **2** pastanagues + les seves fulles
- **2** taronges
- **1/2** llimona
- **1** tros petit d'arrel de gingebre
- **1** poma

PER RACIÓ

| | |
|---|---|
| Proteïnes | **1,5 g** |
| Greixos | **0,5 g** |
| Hidrats | **16 g** |
| Fibra | **3 g** |

## Elaboració

1. Si no tens liquadora, tritura tots els ingredients i treu la polpa amb un colador

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork
cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork