



Isabelle Jamin - Cabinet Naturabelle

64, rue Jean Bernard
55000 BAR-LE-DUC
isabelle.jamin@jamest.fr
06 64 87 29 90
<https://isabellejamin.fr>

JUS

Jus vert à la spiruline



Préparation de la recette :

Étape 1

Passer à l'extracteur de jus l'ensemble des ingrédients lavés.

Étape 2

Filtrer et consommer aussitôt.

Durée total réalisation : 5 mn

- Temps préparation : 5 mn
- Temps repos : mn
- Temps cuisson : mn

Ingrédients (pour 1 grand verre) :

- 1/2 concombre
- 2 pommes vertes
- 2 brins de menthe
- 1/2 cc de spiruline
- 1/2 citron vert