Isabelle Jamin - Cabinet Naturabelle 64, rue Jean Bernard



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





Durée total réalisation : 5 mn

• Temps préparation : 5 mn

Temps repos : mnTemps 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

Préparation de la recette :

Étano

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

Etape 2

Filtrer et consommer aussitôt.