



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

Agrumes ananas poires



Préparation de la recette :

Étape 1

Eplucher les fruits.

Étape 2

Les passer dans une centrifugeuse ou une extractrice de jus.

Durée total réalisation : 15 mn

- Temps préparation : 15 mn
- Temps repos : mn
- Temps cuisson : mn

Ingrédients (pour 1 L environ) :

- 1 ananas bien mur
- 2 grosses oranges
- 1 pamplemousse
- 2 poires juteuses