

Jus détox pomme-concombre

4 pers 20 mn

Les **ingrédients**

- 1 concombre
- 3 pommes
- 1 citron vert
- 2 cm de racine de gingembre frais
- 3 brins de menthe

La **recette**

Etape 1
Épluchez les pommes et le concombre que vous épépinerez

Etape 2
Coupez les pommes et le concombre en petits cubes.

Etape 3
Pelez à vif le citron vert et coupez-le en quatre. Râpez 2 cm de racine de gingembre.

Etape 4
Dans un blender, placez tous les fruits, les feuilles de menthe, le gingembre et mixez ces ingrédients en ajoutant un petit verre d'eau.

Etape 5
Dégustez ce jus bien frais.