Rezept für Rote Beete Saft

Zutaten für ca. 500 ml Saft:

- 2 Knollen Rote Bete (ca. 300 g)
- 2 Karotten (ca. 200 g)
- 1 Apfel
- 1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
- Saft von ½ Zitrone
- Optional: etwas Wasser zum Verdünnen

Zubereitung:

1. Schälen Sie die Rote Bete, die Karotten, den Apfel und den Ingwer. Schneiden Sie alles in grobe Stücke, damit es gut in den Entsafter passt.
2. Geben Sie das vorbereitete Gemüse und Obst in den Entsafter und pressen Sie den Saft aus.
3. Fangen Sie den frisch gepressten Saft in einem Glas oder einer Karaffe auf. Wenn Sie möchten, können Sie den Saft mit etwas Wasser verdünnen.
4. Pressen Sie die halbe Zitrone aus und geben Sie den Zitronensaft zum Rote-Bete-Saft hinzu.
5. Rühren Sie alles gut um und genießen Sie den Saft am besten frisch.

Wenn Sie keinen Entsafter haben, können Sie die Zutaten auch in einem leistungsstarken Mixer pürieren und anschließend durch ein feines Sieb oder ein Mulltuch drücken.