



*„PINK FRESH – GRANATAPFEL,
GRAPEFRUIT UND INGWERTRINK“*





Viel Spaß und gutes Gelingen!
Ihre Maja Wasa



ZUTATEN: am besten bio – für
ca. 0,5 l (2 Portionen)

- 2 Grapefruits
- ½ Granatapfel
- 4 cl IngwerTRINK
- 250 ml Mineralwasser
- etwas Crushed Ice

ZUBEREITUNG

Pressen Sie die Grapefruits aus und geben Sie sie zusammen mit den Kernen eines halben Granatapfels und dem IngwerTRINK in einen Mixer. Dann alles hochtourig aufmischen. Anschließend mit Mineralwasser aufgießen. Mit Eiswürfeln ein ganz besonders erfrischender Genuss.

WUSSTEN SIE SCHON?

Granatäpfel sind echte Wellnessfrüchte und enthalten z. B. viel Kalium – wichtig für Muskeln, Herz und Nerven. Die positiven Eigenschaften des Granatapfels sind durch zahlreiche Studien nachgewiesen.

Lecker? Weitersagen!
[facebook.com/klosterkitchen](https://www.facebook.com/klosterkitchen)