

www.detkityumen.ru

Натуральный сок 100%



Где готовим?

Без термообработки

Ингредиенты:

Томаты (соотношение базилик/томат примерно 1 к 3)

Базилик (я использую фиолетовый чаще)

Перец (смесь 4 перца)

Соль (по вкусу)

Приготовление:

1. Промываем томаты и базилик. Удаляем у томатов зеленую ножку.
2. Удобнее порезать томаты пополам и небольшое кол-во разбить блендером.
3. Добавляем базилик и взбиваем до однородной массы.
4. Добавляем специи: соль перец. Размешиваем и выливаем в кувшин.
5. Взбиваем все остальные овощи и зелень. Заливаем в ту же емкость и размешиваем.

Приятного и полезного сока Вам!))

p.S/ я пробовала делать и слоями, и добавлять слой болгарского перца. Мы любим такие соки, но это дело вкуса)

03.08.2015

[Natata](#)

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/recipe/247/