

Rucki Zucki Ingwer Kurkuma Shot

Zutaten:

- 100 g Ingwer frisch
- 1 TL Kurkuma Pulver oder frisch
- 2 Zitronen oder Zitronensaft
- 150 ml Apfelsaft
- etwas Honig
- bei Bedarf etwas Zimt oder Cayennepfeffer

- Den Ingwer grob schälen und in würfelig schneiden.
- Die Zitronen auspressen.
- Ingwer, Zitronensaft, Apfelsaft, Kurkuma und Honig fein pürieren.
- Bei Bedarf, die Mischung durch ein feines Sieb oder ein Passiertuch gießen und mit einem Löffel gut ausdrücken. Nach Wunsch mit einer Prise Zimt oder Cayennepfeffer verfeinern.
- In eine saubere Glasflasche füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Hält sich gekühlt ca. 5–7 Tage.
- Vor jedem Schluck kurz aufschütteln!

regionaler Ingwer

+ Mild-scharf, extrem fruchtig,
+ Trägt zur Unterstützung der normalen Abwehrkräfte bei
+ Enthält wertvolle pflanzliche Antioxidanzien.

Besuchen Sie uns!
Bauernhof Radl
Großhart 2, 8272 Hartl

FRISCHEBOX
Mo.-So.: 0 - 24 Uhr
HOFLADEN
Mo.-Fr.: 8 - 11 Uhr & 13 - 17 Uhr
Sa.: 8 - 11 Uhr
Sonn. & Feiertag geschlossen

www.bauernhof-radl.at