**Koktajl „marchewkowa głowa”**

Składniki:

* 3 marchewki
* 2 gruszki
* 1 półćwiartka zielonej kapusty
* 2 różyczki kalafiora

Przygotowanie:

Za pomocą urządzenia wycisnąć sok z marchewki, gruszek, kapusty i kalafiora. Wymieszać i przelać do szklanki.

**Pyszna i zdrowa sałatka owocowa**

Składniki:

* 2 banany
* 3 kiwi
* 4 mandarynki
* 4 krążki ananasa

Sposób przygotowania:

Banany obieramy i kroimy w plasterki. Kiwi i mandarynki też obieramy i dzielimy na kawałki. Ananasa kroimy na niewielkie cząstki. Winogrona kroimy na połówki. Wszystkie owoce razem mieszamy i lekko mieszamy z kilkoma kropelkami soku z ananasa. Podajemy od razu po przygotowaniu.

**Polecam! Smacznego!**