

Fennikel-mynte Juice

Opskrift - 1 dag

1 person

½ æble
2 cm ananas
2 cm³ ingefær
1 citron
8 cm agurk
8 cm squash
10 stilke mynte
2/3 fennikel

2 personer

1 æble
4 cm ananas
4 cm³ ingefær
2 citroner
16 cm agurk
16 cm squash
20 stilke mynte
1 1/3 fennikel

Opskrift - 2 dage CENTRIFUGAL JUICER

1 person

1 æble
4 cm ananas
4 cm³ ingefær
2 citroner
16 cm agurk
16 cm squash
20 stilke mynte
1 1/3 fennikel

2 personer

2 æbler
8 cm ananas
8 cm³ ingefær
4 citroner
32 cm agurk
32 cm squash
40 stilke mynte
2 2/3 fennikel

Opskrift - 3 dage SLOW JUICER

1 person

1½ æble
6 cm ananas
6 cm³ ingefær
3 citroner
24 cm agurk
24 cm squash
30 stilke mynte
2 fennikel

2 personer

3 æbler
12 cm ananas
12 cm³ ingefær
6 citroner
48 cm agurk
48 cm squash
60 stilke mynte
4 fennikel

Indkøbsliste

1 person 6 dage

3 æbler	3 æbler
12 cm ananas	1 ananas
12 cm ³ ingefær	1 pakke ingefær
6 citroner	6 citroner
48 cm agurk	3 agurker
48 cm squash	3 squash
60 stilke mynte	2 mynte planter
4 fennikel	4 fennikel

2 personer 6 dage

6 æbler	6 æbler
24 cm ananas	2 ananas
24 cm ³ ingefær	1 pakke ingefær
12 citroner	12 citroner
96 cm agurk	5 agurker
96 cm squash	5 squash
120 stilke mynte	3 mynte planter
8 fennikel	8 fennikel