

Ingwer Shot

100 g geschälter Ingwer
50 g Honig
Saft von 1-2 Zitronen
Saft einer Orange
1 gehäufter Löffel Kokosöl
1 TL Kurkuma
Etwas Pfeffer



Zubereitung:

Alles in den Foodprocessor/Blender werfen, anstellen...und fertig.
Wenn Ihr so ein Gerät nicht habt könnt Ihr die Zutaten auch mit dem Pürierstab bearbeiten, dann vorher den Ingwer möglichst klein hacken.
Ihr könnt den Ingwer Shot auch für eine Woche auf Vorrat machen, im Kühlschrank aufbewahrt hält er sich so lange frisch.