

Ricettario Estrattori Estate

E' doveroso fare una raccomandazione prima di passare alla ricetta di questo estratto di frutta.

A meno che non siate in possesso di una di quelle angurie prive di semi, accertatevi di rimuoverli tutti prima di inserirli nell'estrattore di succo.

I semi potrebbero danneggiarlo!!!

Auguria e carota.

INGREDIENTI:

- 2 belle fette di anguria
- 3 carote

PREPARAZIONE:

Ricavate le due fette di anguria (ricordatevi di eliminare tutti i semi come detto sopra) eliminate la buccia da entrambe e tagliatele a tocchetti in modo che possano entrare nella bocca nell'estrattore.

Quindi sbucciate le carote e tagliatele anch'esse a pezzetti.

Inserite tutto nell'estrattore e voilà l'estratto di frutta più fresco dell'estate è pronto per essere consumato.

Un piccolo consiglio. Tenete l'anguria in frigo prima di usarla.

Pesca e albicocca

Pesca e albicocca sono i "gialloni" dell'estate.

L'estratto pesca e albicocca è ottimo da consumare a colazione per iniziare la giornata al meglio, o come spuntino pomeridiano per rinfrescarsi durante le afose giornate estive.

INGREDIENTI:

- 3 albicocche
- 1 pesca noce

PREPARAZIONE:

Sbucciamo sia la pesche noce che le albicocche e snoccioliamole. Quindi tagliamo a pezzetti la pesca e procediamo con l'estrazione.

Anguria, limone e zenzero

Un estratto di succo veramente rinfrescante. Da portare anche come bevanda al mare da gustare sotto l'ombrellone.

A proposito se vuoi sapere come [conservare i succhi di frutta](#) per portarli al mare di consiglio di dare un'occhiata a questo post.

INGREDIENTI:

- 3 fette di anguria
- 1/2 limone
- 1 cm di zenzero

PREPARAZIONE:

1. tagliare 3 fette di anguria, disossarle completamente rimuovendone anche la buccia.
2. Tagliare mezzo limone e sbucciarlo.
3. ricavare circa 1 cm di zenzero, eliminando la corteccia
4. aggiungere tutto all'estrattore.