

## Opskrift: Anti-inflammatorisk grøntsags-juice

1 agurk  
3 stængler bladselleri  
1 æble  
2 cm frisk gurkemeje  
1 cm ingefær  
2 store håndfulde frisk spinat.

Hele baduljen juices. Inden juicen drikkes kværn lidt peber i juicen, så får du mere ud af den antiinflammatoriske effekt fra gurkemejen.

Der bliver 2-3 glas

