

## Succo superenergizzante



**Tempo preparazione:**  
2 minuti

**Tempo di cottura:**  
0 minuti

**Dosatura:**  
Per 1 persona

### Elenco ingredienti

75g di cime di broccoli  
1 limone  
75g di fagiolini verdi  
50g di foglioline di spinaci novelli  
1 mela verde  
cubetti di ghiaccio, per servire

### Istruzioni per la preparazione

1. Tagliare a pezzetti i broccoli per l'inserimento nella centrifuga.
2. Togliere la buccia dal limone ma lasciare la scorza. Spingere broccoli, fagiolini e spinaci nel tubo della centrifuga, seguiti dal limone e dalla mela.



club

3. Mescolare il tutto e versare in un bicchiere. Aggiungere qualche cubetto di ghiaccio e servire.