

Wortel- sinaasappelsmoothie met gember

Voor 4 glazen

Bereidingstijd: 15 minuten

Ingrediënten

400 gram wortels

4 perssinaasappels

Stukje verse gember (3 cm)

½ theelepel gemalen komijn

½ theelepel kurkuma

½ theelepel gemalen koriander

Citroensap

Bereiden

- Schrap de wortels en snij ze in kleine stukken. Kook de wortels in ongeveer half gaar. Laat de wortels uitlekken en afkoelen.
- Pers de sinaasappels uit. Snij de gember in stukjes.
- Doe de gember met de wortels in een blender. Pureer de wortel. Voeg het sinaasappelsap toe en pureer nogmaals goed tot een dik glad sap.
- Roer de komijn, kurkuma en koriander erdoor en maak op smaak met drupje citroensap.