

Sallad i glas

1 dl grönt svalt te (just idag använda jag ett grönt te med guava och ananas – super gott)

3 msk pressad citron

1 äpple skalat och i bitar

2 nävar babyspenat (ekologiskt helst)

1 dm stjälkselleri

1 msk kokosolja

(20 droppar Schizandra)

Mixa alla ingredienser väl i en blender. Häll upp i fina glas och njut av en riktig härlig antioxidantkick. Jag droppade i 20 droppar av Schizandra idag för att kicka igång mig lite extra)

