

Nyttigare och godare än glögg!

Efter en lång powerwalk känns det skönt att sätta sig med en mugg med ljummen lite hot juice som jag idag juicat av äpple citron ingefära. Tillsätt lite kanel och kardemumma och värmt den så den blev lite ljummen.

2 muggar

2 äpplen

en "tumme" ingefära skalad

1 citron skalad

1/2 tesked malen kanel

1/2 tesked malen kardemumma

Juica äpplen, citron och ingefära. Värm juicen så den får en härlig ljummen temperatur. Tillsätt kanel och kardemumma. Rör om och häll upp i fina muggar och njut!

