



# INGWER-ORANGEN-KURKUMA SHOTS

mit Zitrone & Pfeffer

## Zutaten:

4 Bio Orangen  
1 Ingwer Wurzel - alternativ Ingwer Pulver  
1 Kurkuma Wurzel - alternativ Kurkuma Pulver  
1 Zitrone  
Pfeffer

## Zubereitung:

Die Orangen und die Zitrone auspressen, Ingwer und Kurkuma in dünne Scheiben schneiden. Pfeffer hinzugeben und mit dem Pürierstab pürieren. Alles auf 1 Liter Wasser auffüllen - jeweils 1 Shot täglich trinken.

Ps: Wem das Ganze zu intensiv schmeckt kann natürlich noch mehr Wasser hinzugeben.

Wichtig: Im Kühlschrank lagern.