

Jus de fruits

Préparation : 10 min

Ingrédients (4 pers.)

2 pêches

2 abricots

6 grosses fraises

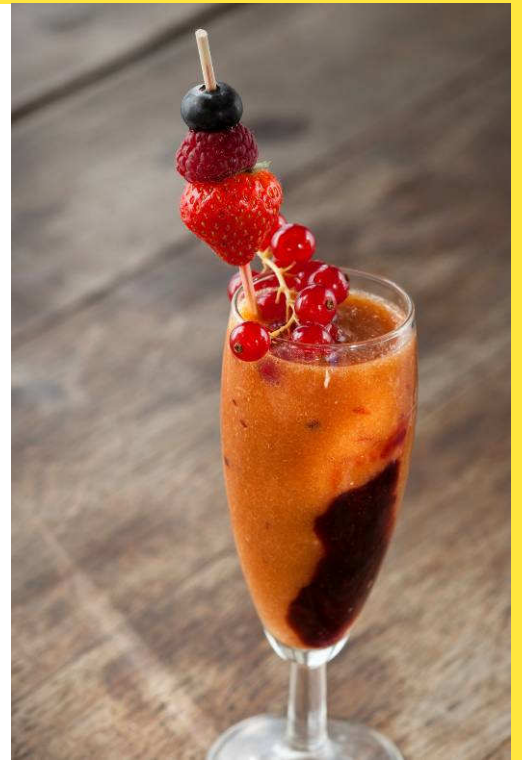
Facultatif:

Quelques fraises

Quelques framboises

Quelques myrtilles

Quelques groseilles



Préparation

Laver et couper les fruits. Les passer à la centrifugeuse, au blender, à l'extracteur de jus, ou encore au mixer selon l'équipement à disposition. Rajouter un peu d'eau si nécessaire.

Dressage

Servir aussitôt dans de jolis verres. Agrémenter éventuellement chacun d'eux d'un pic en bois garni de petits fruits: fraise, framboise, myrtille, groseille.

Variante

Selon les envies, on peut créer ses propres mariages de fruits de saison, et bien sûr oser les jus de fruits et légumes. Au besoin, le goût sera rehaussé grâce à quelques herbes aromatiques ciselées, épices ou condiments (basilic, fenouil, ail, poivre, noix de muscade, ...).