

Tuesday, October 7. 2008

Vitaminbombe gegen fröhliche Herbststucke

Was gibt es besseres, als in einen faulen Sonntag mit einem richtig schönen Frühstück zu starten... wir hatten frisches Brot, Guacamole, gefüllte Oliven und Fetasalat vom griechischen Stand, Kräuterquark, Tee und einen frisch gepressten

Orange-Grapefruit-Saft

Saft von 3 ausgepressten Orangen

Saft von 1 ausgepressten Grapefruit

2 TL Sanddorn-Honig

wer mag kann auch noch ein wenig frisch geriebenen Ingwer rein tun

Meine Eltern haben mir diesen leckeren Honig vom Bauernmarkt in Niederbayern mitgebracht und er schmeckt so gut! Richtig fruchtig und cremig!

Posted by orange in kalt at 11:57