

Recepten met tarwegras

Hoe maak je een lekker tarwegras sapje? We geven je graag wat receptjes ter inspiratie. Heb je een van onze receptjes geprobeerd, of heb je zelf een lekker receptje dat wij moeten proberen?



Le Pearis

Dit recept is voor 2 frisse lente sapjes.

- 2 peren
- 1/2 venkel
- 1 limoen
- 1 stengel bleekselderij
- flinke hand tarwegras
- optioneel: takjes met munt

Beet-it

- 2 grote bieten
- 1 appel
- 1/2 citroen
- flinke hand tarwegras
- duimpje gember

Apple/Carrot Delight

- 3 wortels
 - 2 appels
 - 30 ml tarwegrassap
- Eventueel kun je een klein beetje gember toevoegen.

Cleanser Special

Een echte goede groen(t)e juice!

- 3 wortels
- ½ rode biet
- 2 stengels bleekselderij
- ½ citroen
- flinke hand tarwegras

Je kunt een klein handje peterselie of verse munt hieraan toevoegen naar smaak.

Classic Green Juice

Deze klassieker doet het altijd goed bij onze vaste klanten! Waarom? Dit sapje is lekker zoet en toch pittig door het vleugje citroen en het duimpje gember. In combinatie met tarwegras een geweldige opkikker!

- 1 1/2 appel
- 1 citroen
- flinke hand tarwegras
- duimpje gember

Veggie Delight

- 3 stengels bleekselderij
- 2 grote wortels
- ½ rode biet
- 5 verse spinazie bladeren
- ½ kopje alfalfa kiemen
- ½ kopje peterselie
- 30 ml tarwegrassap
- water naar behoefte

Snijd de groenten in kleine stukken, zodat ze in de slowjuicer passen. Juice de groenten en leng het aan met water naar behoefte en smaak.

Applegrass

- 3 middelgrote appels
- 30 ml tarwegrassap
- water naar behoefte

Snijd de appels zodat ze door de slowjuicer passen. Juice het geheel en leng aan met water naar behoefte.

Simply Green

- 3 stengels bleekselderij
- 4 grote verse spinazie bladeren
- ½ kopje peterselie
- 30 ml tarwegrassap
- ¼ kopje water

Was de groenten, snijd ze zodat ze in de slowjuicer passen en juice. Leng de groentesap aan met water naar behoefte.