



TOPJUICERS

ŐSZI-TÉLI JUICE RECEPTEK



Az év hűvösebb időszakában a piacokon elérhető almák és körték, a citrusfélék, a sütőtök és a gyökérzöldségek nemcsak ízükben gazdagok, hanem fontos vitamin- és ásványianyag források is.

A frissen préselt juice ilyenkor több mint egy ital: koncentrált folyadékbevitel és természetes vitaminforrás egyetlen pohárban.

A Hurom zöldség- és gyümölcsprés nem csupán egy konyhai eszköz, hanem meghívás egy új élményre: hogy a gyümölcsöket és zöldségeket a lehető legfinomabb, legtisztább formájukban élvezd.

Ebben a **receptgyűjteményben 30 olyan juice inspirációt találsz**, amelyekkel a szezon ízeit a poharadba varázsolhatod – legyen az immunerősítő shot, színpompás vitaminbomba vagy vitalizáló reggeli ital.

Immunshot –

felkészíti a szervezeted a hideg,
téli időre

1

Őszi Immunbomba

sárgarépa, alma, friss
gyömbér, citrom



Immunerősítő,
C-vitaminban
gazdag

2

Tüzes gyömbér shot

cékla, friss gyömbér, alma,
kevés chili



Vérkeringés-
fokozó,
melegítő

3

Aranykurkuma löket

alma, sárgarépa, friss kur-
kuma gyökér, citrom



Gyulladáscsök-
kentő,
antioxidáns

4

C-vitamin pakk

csipkebogyó (áztatva, majd
préselve), körte, citrom



Erős immunsti-
muláló

5

Zöld erő shot

petrezselyem, zeller, citrom,
alma



Klorofillban
gazdag, lúgosító



Őszi színekben pompázó juiceok – a szürke hétköznapiakra

1

Narancsos ősz

süttők, alma, sárgarépa, citrom

2

Bíbor energia

cékla, szilva, alma, citrom

3

Zöld vitalitás

kelkáposzta, zöld alma, zeller, uborka

4

Napfényes energia

őszibarack, sárgarépa, narancs

5

Aranyló körte-álmom

körte, alma, citrom, kevés gyömbér



Energetizáló italok

1

Reggeli indító

alma, sárgarépa, zeller, citrom

2

Cékla-power

cékla, alma, sárgarépa

3

Őszi ébresztő

alma, homoktövis (friss vagy fagyasztott), citrom

4

Vitamin-boost

körte, szőlő (leszemezve), zeller, citrom

5

Friss almás zellerlé

alma, szárzeller, uborka, petrezselyem



Vitalizáló & wellness juiceok

1

Bőrszépítő juice

sárgarépa, sütőtök, körte, citrom

3

Mézes alma-körte

Alma, körte, kevés méz (utólag keverve)

5

Körtés kelkáposzta juice

körte, kelkáposzta, citrom, uborka

2

Szőlő-borsmenta frissítő

szőlő (leszemezve), alma, borsmentalevél

4

Őszi méregtelenítő

cékla, zeller, citrom, petrezselyem



Fűszeres & különleges kombinációk

1

Fahéjas alma-varázs

alma, körte, fahéj (őrölt, utólag keverve)

2

Alma-sütőtök fahéjjal

sütőtök, alma, citrom, fahéj (őrölt, utólag keverve)

3

Szőlő-cékla kakukkfűvel

szőlő (leszemezve), cékla, alma, friss kakukkfű

4

Sárgarépa-alma gyömbérrel

sárgarépa, alma, friss gyömbér

5

Birsalmás energiaital

birsalma, alma, citrom



Koktél jellegű juiceok

1

Őszi sangria juice

szőlő, alma, körte, fahéj, narancs

2

Must-élmény

friss szőlő (leszemezve), fél citrom

3

Szilva-alma fűszerrel

szilva, alma, fahéj, szegfűszeg

4

Őszi zöld mix

spenót, zeller, körte, citrom

5

Piros vitaminbomba

cékla, piros szőlő (leszemezve), alma



A préselés több mint egy reggeli rutin: ez egy életmód, amellyel testünknek és lelkünknek egyaránt ajándékot adunk. Minden korty egy lépés a tudatosabb, egészségesebb élet felé, és egy pillanatnyi megállás a mindennapok rohanásában.

Kísérletezz bátran! Használd új alapanyagokat, játssz a színekkel és ízekkel, és találd meg a saját kedvenc kombinációidat.

A Hurom segítségével nemcsak jobban fogod magad érezni, hanem közelebb kerülsz a természethez – kortyonként.

Egészségedre – az őszi napfény minden kortyára!



TOPJUICERS

Kérdésed van?

Elérhetőségeinken szívesen válaszolunk!

Email: info@topjuicers.hu

Telefon: +36 20 235 7768

További érdekes tartalmakért kövess minket Social felületeinken!

f / topjuicers webáruház

@ / topjuicers

p / topjuicers

► / TopJuicers Webáruház

Értékelj minket!

