

# Kurkuma-Ingwer Shot

Zutaten für 2 Personen

**Zubereitungszeit** 10 Minuten

**Schwierigkeit** einfach

## Zutaten

- 3 TL Kurkumapulver
- 100 g frischer Ingwer
- 2 TL Leinöl oder Omega DHA Öl
- 100 g Apfelsaft
  - Saft einer Orange
  - Saft einer Zitrone
- 1 TL Agavendicksaft



## Zubereitung

Ingwer schälen und zusammen mit dem Kurkumapulver und Apfelsaft in einem Mixer pürieren. Die Flüssigkeit durch ein feines Sieb gießen und wieder in den Mixer füllen. Öl, den frisch gepressten Saft einer Orange und einer Zitrone und etwas Agavendicksaft hinzufügen und alles vermischen. Im Kühlschrank aufbewahrt hält sich der Saft etwa 4-5 Tage.