



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: [Chantal Voets](#) | ©Chantal Voets

Vitaliteitsdrankje met hennepolie en tarwekiemen

Ingrediënten

- 3 handvol spinazie
- 1 venkel
- ½ komkommer
- 1 stengel bleekselderij
- sap van 1 citroen (of 2 eetlepels [appelazijn](#))
- bosje peterselie
- ¼ ananas
- 2 eetlepels [Hennepolie \(Balance delight\)](#)
- 2 eetlepels [tarwekiemen](#)

Extra info

Recept geschikt voor:

1 personen

Moeilijkheid:



Vorbereidingstijd:

10 minuten

Bereidingstijd:

5 minuten

Totale bereiding:

15 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van vitaliteitsdrankje met hennepolie en tarwekiemen

Bereiding

1. Doe de spinazie, venkel, komkommer, bleekselderij, citroensap of appelazijn, peterselie en ananas in de sapcentrifuge.
2. Voeg als laatste de hennepolie en de tarwekiemen toe.
3. Schenk het sap in een glas en geniet van je vitaliteitsdrankje.

Speciale wensen

- [Lactosevrij](#)
- [Vegetarisch](#)
- [Glutenvrij](#)
- [Veganistisch](#)
- [Raw food](#)
- [Koolhydraatarm](#)