

Anti-Schnupfen-Drink mit viel Vitamin C

3 cl naturtrüber Apfelsaft

1 cl Sanddorn-Sirup

3 ml Aloe Vera Gel

5 cl Orangensaft und

3 cl Ananassaft

werden mit etwas Wasser im Shaker gemixt und in ein Glas gegossen. Das Glas wird mit zerstoßenem Eis aufgefüllt.

Quelle: Buch: Aloe Vera von Prof. Hademar Bankhofer

