



## Vital-Drinks fürs Frühlings- erwachen

### Entschlackungs-Cocktail

Das Gemüse waschen und grob schneiden.  
Alle Zutaten in den Fruchtkorb geben und  
ca. 70 Minuten entsaften.

### Erdbeer-Fresh

Den Rhabarber grob in Scheiben schneiden. Kiwis  
und Zitronen schälen und vierteln. Erdbeeren nur  
waschen. Die Früchte schichtweise in den Frucht-  
korb geben. 40 - 50 Minuten entsaften. Vor dem  
Servieren mit Puderzucker bestäuben.

### Erdbeer-Ananas-Fresh

Ananas schälen, vom Strunk befreien und grob  
schneiden. Erdbeeren waschen und halbieren.  
Die Fruchtstücke in den Fruchtkorb geben.  
50 - 60 Minuten entsaften. Nach dem Erkalten  
mit Zitronensaft und Puderzucker vermengen.



#### Zutaten

(für ca. 2 l Saft)

- 1 kg Rote Bete
- 1 kg Salatgurke
- 1 kg Möhren

#### Zutaten

(für ca. 1,5 l Saft)

- 1,5 kg Rhabarber
- ca. 20 Erdbeeren
- 2 Kiwis
- 2 Zitronen
- 2 TL Puderzucker

#### Zutaten

(für ca. 1 l Saft)

- 2 große Ananas
- 20 große Erd-  
beeren
- Saft von 2 Zitronen
- 2 TL Puderzucker



SCHULTE-UFER®



## Sommerliche Gute-Laune-Drinks

### Multi-Frucht-Saft

Früchte waschen, nicht entstielen, gut abtropfen lassen. Schichtweise in den Korb des Entsafters legen. Ca. 30 - 40 Minuten entsaften.

**Tipp:** Multi-Frucht-Saft eignet sich auch hervorragend als Sirup zu Eiscreme, Pudding oder Mehlspeisen.

### Melonen-Cocktail

Die Wassermelonen halbieren, Schalen und Kerne entfernen. Erdbeeren waschen und halbieren. Melonen und Erdbeeren ca. 30 Minuten entsaften. Nach dem Erkalten Zitronensaft, Honig und Puderzucker unterrühren. Nach Geschmack mit Mineralwasser auffüllen.



#### Zutaten

(für ca. 3 l Saft)

- 1 kg Sauerkirschen
- 1 kg Erdbeeren
- 1 kg Himbeeren
- 2 kg Rote und Schwarze Johannisbeeren (gemischt)

#### Zutaten

(für ca. 1,5 l Saft)

- 2 Wassermelonen
- 15 große Erdbeeren
- Saft von 1 Zitrone
- 1 TL Honig
- 1 TL Puderzucker



SCHULTE-UFER®



Purer  
Herbst-Genuss

## Würziger Tomaten-Cocktail

Die Tomaten waschen und vierteln. Die Zwiebeln schälen, grob hacken. Petersilie waschen, nicht vom Stengel lösen.

Alle Zutaten mit den Gewürzen in den Fruchtkorb geben und 40 - 50 Minuten entsaften.

## Holunderbeerensaft

Die Holunderbeeren waschen und nur die groben Stiele entfernen. Die Äpfel waschen, vierteln und abwechselnd mit allen Zutaten in den Fruchtkorb geben. 60 - 70 Minuten entsaften.



### Zutaten

(für ca. 3 l Saft)

- 5 kg Tomaten
- 300 g Zwiebeln
- 2 Bund Petersilie
- ½ TL Salz
- 2 TL Zucker
- Saft von ½ Zitrone
- etwas Tabasco

### Zutaten

(für ca. 2 l Saft)

- 5 kg Holunderbeeren
- 250 g Zucker
- 3 - 5 Äpfel



## Vitaminreiche Drinks gegen das Winter-Tief

### Frühstücks-Cocktail

Möhren und Birnen waschen. Geschälte Ananas und alle anderen Zutaten grob schneiden. Kokosnuss in Stücke brechen. Sämtliche Zutaten in den Fruchtkorb geben. Ca. 50 - 60 Minuten entsaften. Nach dem Erkalten mit Zitronensaft und Puderzucker vermengen.

### Birnen-Drink

Die Äpfel und Birnen grob würfeln. Die Fruchtstücke und Zimtstangen in den Fruchtkorb geben. 50 - 60 Minuten entsaften. Nach dem Erkalten mit Honig und Zitronensaft vermengen.

### Apfel-Limetten-Saft

Die Äpfel waschen und grob würfeln. Kiwis, Limetten und Grapefruits schälen und vierteln.



Die Fruchtstücke 50 - 60 Minuten entsaften. Nach dem Erkalten mit Honig und Trinkjogurt vermengen.

#### Zutaten

(für ca. 1,5 l Saft)

- 4 Birnen
- 1 Ananas
- 1,5 kg Möhren
- ¾ Kokosnuss

#### Zutaten

(für ca. 2,5 l Saft)

- 1 kg Äpfel
- 4 kg Birnen
- 4 TL Honig
- 2 Stangen Zimt
- Saft von 2 Zitronen

#### Zutaten

(für ca. 1,5 l Saft)

- 6 Äpfel
- 4 Kiwis
- 3 Limetten
- 5 TL Honig
- 3 rosa Grapefruits
- 500 g Trinkjogurt