



DR. JOHANNA  
**BUDWIG**

Email: kontakt@dr-johanna-budwig.de Tel: 0441 / 390 630-0 Web: www.dr-johanna-budwig.de



## Rote-Bete-Saft mit Dr. Budwig Omega-3 Leinöl

### Zutaten

1 Esslöffel Omega-3 Leinöl

2 Knolle(n) Rote Bete

**Gesamtzeit:** 10 min

**Schwierigkeitsgrad:** einfach

**Portionen:** 1

**Kalorien p.P.:** 93 kcal

### Zubereitung

1. Die Rote Bete Knollen gründlich waschen und in der Saftzentrifuge (Entsafter) entsaften.
2. Das Dr. Budwig Omega-3 Leinöl hinzufügen, gut verrühren und genießen.