



**Blandine Rabat**

*Diététicienne nutritionniste*

*Cryolipolyse*

*06 95 99 49 56*

*[Www.blandine-dieteticienne-grenoble.com](http://www.blandine-dieteticienne-grenoble.com)*

## **Jus de légumes détox**

***Temps de préparation : 10 minutes***

### **Ingrédients (pour 2 personnes) :**

- 4 carottes
- 2 branches de céleri
- 20 feuilles d'épinard frais
- un peu de coriandre

### **Préparation de la recette :**

*Laver, rincer et couper grossièrement tous les légumes.*

*Passer le tout au mixeur, vous pouvez rajouter un peu d'eau pour fluidifier le jus.*

*Boire bien frais.*