Ingwer-Shot selbstgemacht

Zutaten:

- 100g Inger (Bio)
- 3 Zitronen (Bio)
- 250 ml Orangensaft (gerne frisch gepresst, ansonsten Direktsaft)(Bio)
- 3 EL Agavendicksaft (hat einen höhren Anteil an Fruktose, welche den Blutzucker nicht ansteigen lässt. Honig kann auch verwendet werden, hat aber einen Einfluss auf den Blutzucker)

Zubereitung:

- Zitronen pressen
- Ingwer gut waschen und mit Schale klein schneiden
- Zitronensaft, Orangensaft, Inger und Agavensaft in einen Mixer geben und richtig gut kleinmixen.
- Danach den Mixer-Inhalt durch ein feines Sieb schütten und darunter einen Auffangbehältnis stellen (Flasche, Schale, etc.) Den Trester im Sieb mit einem Löffel komprimieren/fest drücken, damit möglichst die ganze Flüssigkeit “ausgewrungen” wird.
- Den verbliebenen Orangen,Zitronen, Ingwer-Trester (das ist riiiiichtig gutes Zeug!!!) bei Bedarf aufbewahren und zeitnah in einem Curry oder einem Kuchen verwenden.