

Pikantny sok pomidorowy

Prosty ale intensywny sok pomidorowy w sam raz jako przekąska między posiłkami.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

minut

LICZBA PORCJI:

10

SKŁADNIKI:

350 ml soku pomidorowego, schłodzonego

1/4 szklanki wywaru wołowego

1/4 łyżeczki pieprzu

1/8 łyżeczki soli selerowej

1/8 łyżeczki sosu worcester

odrobina pikantnego sosu tabasco

łodygi selera naciowego, do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać w małym dzbanku sześć pierwszych składników. Podawać z lodem i selerem.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 szklanka zawiera 40 kcal, śladowe ilości tłuszczów (w tym śladowe ilości NKT), 0 mg cholesterolu, 644 mg sodu, 8 g węglowodanów, 1 g błonnika, 1 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock