

## Reteta **Kombucha cu grapefruit**

### ☆ **Ingrediente:**

- grapefruit
- Kombucha
- miere

### ☐🔍 **Mod de pregătire:**

Se curăță bine pulpa unui fruct de grapefruit și se dă prin blender. Apoi, se adaugă peste 380 ml apă și kombucha, iar la final punem cele 2 lingurițe de miere.

📖 Rețetă dezvoltată de către Raluca Dinu - Medic rezident Diabet, Nutriție și Boli metabolice.