COMPOTE DE POMMES SUPER SANTÉLe jus de 2 petites oranges ou clémentines  
3 dattes molles  
1 branche de céleri biologique coupée  
1 pouce de gingembre frais coupé ou de la cannelle moulue  
2 pommes pépins enlevé et coupées  
Le tout au Mélangeur ou au robot.