

# 『にんじんとパインの美肌ジュース』

## 材料(2人分)

ニンジン	1と1/2本
パイナップル	200g
水	160cc
レモン汁	少々



## 作り方

- ① ニンジンとパイナップルは皮ごと、パイナップルを一口大に切ります。
- ② パイナップル、ニンジン、水の順でミキサーに入れ、なめらかになるまで攪拌します。
- ③ レモンを絞って出来上がり！