# Suc de sfeclă, morcov, mere și portocale cu miere

Timp de preparare: 20 min · Timp de gătire: 0 min · Porții: 12

## INGREDIENTE

- 1 kg sfeclă roșie, curățată
- 500 g morcovi, curățați
- 3 mere (aproximativ 500 g, fără cotor)
- 3 portocale (aproximativ 450 g pulpă, fără coajă)
- 1 kg miere

## PREPARARE

1. Spală și curăță legumele și fructele. Îndepărtează cotoarele merelor și coaja portocalelor.
2. Trece sfecla, morcovii, merele și portocalele printr-un storcător de fructe și legume.
3. Amestecă sucul cu mierea, în tranșe, până se dizolvă. Cantitatea de miere face amestecul concentrat și dulce.
4. Toarnă într-un recipient curat, păstrează la frigider și consumă în aceeași zi. La servire, diluează după gust cu apă.

Cantitatea de suc depinde de storcător și de cât de suculente sunt ingredientele. Mierea poate fi redusă după gust.