

Pink Juice

Bahan:

- 1/2 buah lemon
- 1 buah tomat matang ukuran besar
- 1/8 buah semangka (ambil dagingnya)

Manfaat :

- Mencegah kanker payudara, kanker prostat, dan kanker usus besar
- Mencegah nyeri sendi
- Membersihkan ginjal
- Mencegah stroke
- Menurunkan kadar kolesterol
- Mengatasi gangguan pencernaan
- Detoksifikasi
- Baik bagi penderita asma

Jus Nanas Kombinasi

Bahan:

- 1 buah pir ukuran sedang
- 15 helai daun mint
- 1/2 buah nanas (dikupas dan dibersihkan)
- 150 gr buah stroberi

Manfaat:

- Meredakan peradangan
- Mencegah kanker
- Mencegah osteoporosis
- Detoksifikasi
- Sumber energi
- Meningkatkan konsentrasi dan daya ingat
- Menurunkan tekanan darah tinggi
- Mencegah stroke
- Menurunkan kolesterol
- Mencegah penyakit jantung
- Mengatasi masalah pencernaan

Jus Stroberi Kombinasi

Bahan:

- 2 buah apel ukuran besar
- 3 cangkir stroberi
- 1/2 buah lemon

Manfaat:

- Detoksifikasi
- Meningkatkan konsentrasi dan daya ingat
- Meredakan peradangan
- Mencegah kanker
- Mengatasi masalah pencernaan
- Mencegah penyakit alzheimer
- Baik bagi penderita asma
- Melindungi tulang
- Mencerahkan kulit

Jus Apelberi

Bahan:

- 1 buah apel ukuran sedang
- 7 wortel ukuran sedang
- 150 gr stroberi

Manfaat:

- Meningkatkan kekebalan tubuh
- Mempertajam penglihatan
- Menurunkan kolesterol
- Mencegah kanker
- Mencegah stroke
- Mengatasi jerawat dan mencerahkan kulit wajah

Jus Hijau Dr. Oz

Bahan:

- 2 buah apel ukuran sedang
- 3 batang seledri
- 1 mentimun
- 1 ruas ibu jari jahe segar (dikupas)
- 1/2 buah lemon (bersama kulitnya)
- 1 buah jeruk nipis (bersama kulitnya)
- 1 tangkai peterseli
- 2 cangkir bayam

Manfaat:

- Meningkatkan libido
- Mengatasi masalah kulit wajah, yaitu melembabkan, membuat kulit terlihat bercahaya, cerah, bebas flek hitam, dan menjaga elastisitasnya.
- Melindungi tulang
- Membantu penderita penyakit asma
- Mencegah penyakit kanker
- Mengatasi gangguan pencernaan
- Menurunkan berat badan
- Mencegah kanker usus besar, kanker hati, dan kanker paru-paru
- Membersihkan darah.

Sumber:

juicerecipes.com;
food.detik.com.