

Для приготовления этого напитка необходимо взять 40 г сока свеклы, 1 стакан кефира, 20 г сока шиповника, сок 0,5 лимона, 35 г меда.

Взять сок красной свеклы, кефир, сок шиповника, сок лимона и мед. Все компоненты необходимо соединить и перемешать. Витаминный напиток готов к употреблению.