

Granskottskick

GRANSKOTTSKICK

Receptet är till en liten burk

1 msk granskott

1 tsk ingefära

1 tsk kokosolja

HUSGERÅD

Bunke

Sil

Rivjärn

Måttsats

Mortel

Glasburk

Granskottskick

Granskottskick

Så här gör du

- Lägg granskotten i blött i ungefär en timme och skölj dem sedan väl
- Skala och riv den färska ingefäran
- Lägg granskott, den rivna ingefäran och kokosoljan i en mortel
- Mortla allt tills det har blivit en fin pasta
- Förvara din Granskottskick i en tätförslutande glasburk i kylan

Ta som ett kosttillskott vid förkylning och [hälsoboosta](#) din kropp.

Paleo så gott och så enkelt!

Magnus & Jenny

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se \[shoppingcarticon\]](#)