

TIPS FRÁ BARBARU
barbara@sosialurin.fo

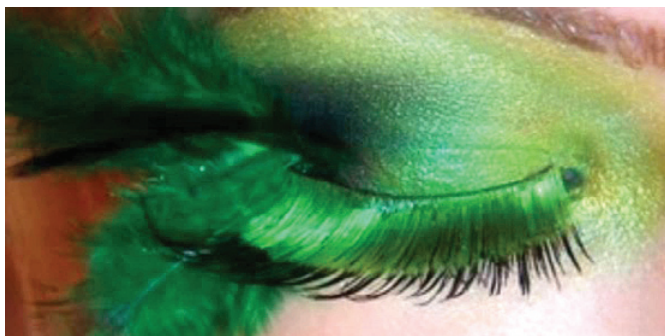
Grønt summár

GRØNT GONGUR AFTUR OG AFTUR Í **SUMMARSINS** MÓTAMYND, OG **HER** ERU NØKUR **BOÐ** UPPÁ HVUSSU **TÚ** KANST FYLGJA **GRØNA** RÁKINUM Í **SUMMAR**



GRØN EYGU

Summarið stendur í etniska tekninum, og það er eisini galdandi, tá ið vit tosa um smyrsl. Grøn eygu hóska seg ógvuliga væl til summarið, og tú kanst gera grønu eygnaskuggarnir meira áhugaverdir við at leggja gult innast í eygnakrókinum, og síðani svart uttast, fyri at skapa smokey eyes við grønum.



GRØNUR SUMMAR-DRINKUR

Vit skulu sjálvandi eisini hava eitt sindur til summarkvöldini. Her er ein uppskrift uppá drykkin Mojito.

Tilfari:

1 tsk. sukur
Frísktpressa limesaft
frá 1 heilari limefrukt
10 myntbløð
5 cl. rom
Apolonaris
Tranebersaft
Knústur ísur

Soleiðis gert tú:

Sukur, limesaftin og myntbløðini vera koyrd í ein "shakara".

Síðani koyrir tú rom og tranebersaft í, og ryst væl.

Koyr knústa ísín í eitt stórt glas, og hell drinkin yvir ísín ígjøgnum eina sí, soleiðis at myntbløðini ikki koma í glasið. At enda skalt tú fylla upp við appolnaris, og møguliga pynta við frískum myntbløðum.



LANGAN KJÓLA

Eitt rák, sum fyllur nógv í mótamyndini í summár, eru fótlangir kjólar, sum helst skulu hava eina rúgvu av stuttligum prenti. Fótlangir kjólar hava verið partur av summárinum seinastu tvey-trý ára, og í ár er einki undantak. Allir fótlangir kjólar eru vælkomnir, so tú kanst eisini finna ein gamlan kjóla fram úr skápinum, og seta hann saman við nýggjum smúkkum.



LJÓSA-GRØNAR NEGL

Hetta ljósagrøna neglalakkid er nógv at síggja júst nú. Tú kanst nýta hendan litin til allar neglirnar, ella tú kanst fríska lookið eitt sindur við at leggja svart á nakrar negl, og ljósagrønt á nakrar.



SUNNUR SMOOTHIE

Tað ber illa til at tosa um grøna rákið, uttan at nevna mat. Smoothie-drykkir eru altíð vælumtóktir um summarið, og her er ein uppskrift uppá smoothie, sum inniheldur eina rúgvu av sunnum rávørum.

1 lítlan lógva av mintbløðum
1 banan
2 cm ananas uttan skal
½ avokado
4 cm agurk
1 lógva av frískum ella frystum spinati
Ís og 1 spsk. av góðskuolju
3 dl rísmjólk