

Zöld Smoothie

Készíts smoothie-t kevesebb
mint 5 perc alatt! 😊



Hozzávalók:

- 1 banán
- 1 marok leveles spenót
- 1 avokádó
- 1 kis darab kígyó uborka
- 250-300 ml növényi tej

Elkészítés:

1. Dob a turmixba a zöldségeket és a banánt
2. Add hozzá a tejet
3. Turmixold össze és már kész is!