

Zdravý vitamínový nápoj

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Pomeranč 2 ks
- Kiwi 2 ks
- Ananas 200 g
- Banán 2 ks
- Zázvor 1 lžička
- Med 2 lžíce
- Pšeničné klíčky 2 lžíce

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Kiwi, banány a ananas oloupeme a nakrájíme na malé kousky. Z pomeranče vymačkáme šťávu. Ovoce se šťávou vložíme do mixeru a rozmixujeme. Zázvor oloupeme a nastroháme.

Dále přidáme klíčky, nastrohaný zázvor, med, pomerančovou dužinu a promixujeme do hladkého nápoje.

Zdravý vitamínový nápoj ihned podáváme.