

Kiwi-malina smoothie

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- Kiwi 3 ks
- Jablka 0.5 ks
- Maliny 1 šálek
- Voda 100 ml
- Med 1 lžička

Doba přípravy: 5 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Kiwi, která by měla být krásně zralá, oloupejte (já první odříznu oba konce kiwi a pak škrabkou na brambory oloupu kiwi) a nakrájejte na čtvrtky/osminy. Oloupané jablko také nakrájejte na menší kousky. Všechno ovoce, med i vodu dejte do nádoby vhodné pro mixování tyčovým mixérem a vše rozmixujte do hladka. Když jsou maliny mražené, smoothie bude pěkně ledové, hustší, jakoby zmrzlinové.