

Smoothie z avokáda

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- bílý jogurt 150 g
- avokádo 0.5 ks
- **podle chuti**
- cukr 1 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Zralé avokádo oloupeme a bez jádra nakrájíme na kostičky.

Avokádo rozmixujeme s cukrem a bílým jogurtem, popřípadě s mlékem.

Smoothie z avokáda ihned konzumujeme.