

Rybízové smoothie s mangem

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- mango 2 plátek
- pomeranč 2 ks
- rybíz 1 hrst

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Z pomerančů vymačkáme šťávu. Rybíz obereme ze stopek, aby nám zůstala jen červená zrníčka, já v tomto období použila mražený rybíz z loňského léta. Mango oloupeme a okolo pecky odkrájíme 2 hrubší plátky.

Rybíz, mango a pomerančovou šťávu společně rozmixujeme.

Rybízové smoothie s mangem vlijeme do sklenice, ozdobíme ovocem a ihned podáváme. Tento nápoj dodá spoustu vitamínů a skvěle osvěží.