

Ananasové smoothie

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 3

- ananas 1 ks
- okurka 1 ks
- čerstvá máta 0.5 hrst
- citron 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Ananas očistíme a nakrájíme na kousky. Větší okurku omyjeme a nakrájíme na kolečka, můžeme i oloupat. Mátu opláchneme a z menšího citronu vymačkáme šťávu. Ovoce i zeleninu použijeme pořádně vychlazené.

Ananas, okurku, citronovou šťávu i mátu vhodíme do mixéru a rozmixujeme do hladka.

Ananasové smoothie ihned rozlijeme do sklenic a podáváme. Můžeme dozdobit špízem z použitých surovin.