

# Kokosovo-banánové smoothie

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



## Suroviny

**Porce:** 2

- banán 3 ks
- špenát 1 hrst
- kokosové mléko 500 ml

**Doba přípravy:** 10 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Mixování, mletí

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 2

## Postup:

Banány oloupeme a společně s vychlazeným kokosovým mlékem a opláchnutými lístky špenátu pečlivě rozmixujeme. Špenátu můžeme přidat i více a nemusíme se bát, chuť kokosového mléka jej přebije.

Kokosovo-banánové smoothie rozlijeme do sklenic a ihned podáváme. Je to vitamínová bomba!