

Růžové smoothie

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- hruška 2 ks
- voda 100 ml
- granátové jablko 1 ks
- grapefruit 1 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Granátové jablko oloupeme. Dále doporučuji granátové jablko nakrájet na čtvrtiny a uvolnit zrníčka ve větší nádobě pod vodou. Zrníčka budou u dna a slupky budou plavat na hladině. Grep na ručním odšťavňovači odšťavníme a hrušky nakrájíme na kousky.

Všechno spolu rozmixujeme, přidáme šálek vody a znovu rozmixujeme.

Růžové smoothie ihned podáváme jako osvěžující a velmi zdravý nápoj.