

Jahodovo-mangové smoothie

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- banán 1 ks
- jahody 5 ks
- kokosové mléko 1 šálek
- mango 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Banán a mango oloupeme, smícháme s kokosovým mlékem a většími zmraženými jahodami a vše důkladně rozmixujeme. Pokud nemáme mixér na mražené potraviny, můžeme nahradit kostkami ledu.

Jahodovo-mangové smoothie podáváme jako zdravý osvěžující nápoj.