

Celerové smoothie

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: Smoothie recepty



Suroviny

Porce: 1

- stonek řapíkatého celeru 1 ks
- hrst baby špenátu 1 ks
- zelené jablko 1 ks
- hrníček vody 1 hrnek
- pár kapek limetky 1 ks
- lžička směsi zelených superpotravin 1 lžička

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Zařazení: Snídaně

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Do smoothie mixéru vložte nakrájený a čistý celer s baby špenátem. Rozmixujte a přidejte zbytek

surovin a zno rozmixujte do jemné textury.

Na dolití doporučuji studenou vodu.

Pro lepší chuť přidejte pár kapek limetky.

Jestli chcete mít smoothie "ultra" zdravé, tak přidejte lžičku směsi zelených superpotravin - například Blendea a další.