



Čerstvé energizující smoothie

Jemné smoothie z manga a Alpro kokosového nápoje

Příprava

1. Oloupejte mango a nakrájejte ho na kousky. Nechte je zmrazit minimálně 2 hodiny, nebo ještě lépe do druhého dne.
2. Vymačkejte dužinu marakuji. Použijte jen šťávu, ale lžičku semínek si dejte stranou na ozdobu.
3. Zmrzlé kousky manga, šťávu z marakuji a Alpro kokosový nápoj dejte do mixéru a mixujte, dokud nezíská smoothie jemnou konzistenci.
4. Nalijte smoothie do 4 sklenic a dozdobte semínky marakuji, kousky manga a špetkou chilli.



4 porce



10min



Ingredience

- 1l Alpro kokosového nápoje
- 450 g manga
- 4 to 6 marakuji
- 1/2 lžičky chilli

Vyrobeno z

Alpro kokosový Nápoj

