



Kokosovo-ostužinové smoothie

Lahodné smoothie se sójovou alternativou jogurtu Alpro s kokosem

Příprava

1. Nakrájejte červenou oloupanou řepu na kousky.
2. Omyjte ostužiny a mátu.
3. Dejte všechny ingredience do mixéru, přidejte sójovou alternativu jogurtu Alpro s kokosem.
4. Rozmixujte a nalijte do sklenice.



2 porce



10min



Ingredience

- 200 ml sójové alternativy jogurtu Alpro s kokosem
- 60 g ostužin
- 55 g červené řepy
- 1,2 g máty