



Zelená smoothie miska s ořechy

Kdo by mohl odolat takové dobrotě s rostlinnou alternativou jogurtu s mandlemi

Příprava

1. Avokádo rozřízneme na polovinu a vydlabeme jednu půlku.
2. Do mixéru dáme avokádo, banán, borůvky, špenát a kadeřávek.
3. Přidáme rostlinnou alternativu jogurtu Alpro s mandlemi a důkladně rozmixujeme.
4. Smoothie misku ozdobíme plátky avokáda, čerstvými borůvkami, mandlovými lupínky a plátky banánu.



1 porce



10min



Ingredience

- 200 g rostlinné alternativy jogurtu Alpro s mandlemi
- 1 na plátky nakrájený zmrzlý banán
- polovina avokáda
- 1/2 hrnku zmražených borůvek
- 2 hrsti špenátu
- 2 hrsti kadeřávku
- Na ozdobu:
 - plátky avokáda, čerstvé borůvky, mandlové lupínky, banánové plátky

Vyrobeno z

Alpro bílý s mandlemi

