



Frissítő Smoothie

Selymes mangó és Alpro kókuszital smoothie

Elkészítés

1. Hámozzuk meg a mangót, és szeleteljük fel. A gyümölcs szeleteket legalább 2 órára (de legjobban, ha a smoothie elkészítése előtt egy nappal) tegyük be a mélyhűtőbe.
2. Szűrjük le a maracujáról a pépet (a sok kis magocskát), a levéből tegyünk félre egy evőkanálnyit a díszítéshez.
3. Töltsük a fagyasztott mangó darabokat, a maracujalevet valamint az Alpro Kókuszitalt turmixgépbe, és addig turmixoljuk finomra (különösen a mangóra kell figyelni, hogy ne maradjon darabos).
4. Öntsük a smoothie-t poharakba, és díszítsük a maracuja magokkal, mangó darabokkal és egy csipetnyi chiliporral.



4 adag



10perc



Összetevők

- 1 liter Alpro Kókuszital
- 450g mango
- 4-6 maracuja
- 1/2 teáskanál chilli por

Adalékok

Alpro Kókuszital

