

inköpslistan.se

Av: Joakim

4 port

Smala

GUL SMOOTHIE

66 day Challenge, W1:2

Ingredienser

1 st apelsin
1 st banan
2 dl mango *(fryst tärnad)*
1 st lime *(saften)*
1 kruka mynta *(färsk)*
1 dl istärningar
2 dl vatten
2 dl kokosmjölk

Gör så här

1. Skala och skär apelsin och banan i mindre bitar och lägg i en blender.

2. Tillsätt mango, limesaft, mynta och is. Mixa späd med vatten och mjölk till en jämn smoothie. Häll upp på glas och förvara rester i kylen.