



## Kapuściane jabłuszko

 Zielone Koktajle

Polecane na: [napoje](#)

### Warto wiedzieć:

 5 min

 2 porcje

### Składniki:

jabłko - 2 szt.  
banan - 1 szt.

kapusta - - kilka listków  
woda - 1 szklanka

### Dodatkowe info:

Przepis pochodzi z naszej książki Zapraszamy ->  
[zielonekoktajle.pl/ksiazki](http://zielonekoktajle.pl/ksiazki)

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Umyj wszystkie składniki, obierz banana ze skóry i zblenduj wszystko na gładką masę.