Koktajl kwasy tłuszczowe Omega 3 i Omega 6 w optymalnych proporcjach

Zielone Koktajle

Polecane na: **desery, napoje**

Warto wiedzieć:

5 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- mleko orzechowe - 1 szklanka
- banan - 1 szt.
- kakao lub ziarna kakowca - 1 łyżeczka
- karob - 1 łyżeczka
- cynamon - 1 szczypta
- nasiona chia - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Koktajl Źródło kwasów tłuszczowych Omega 3 i Omega 6 w optymalnych proporcjach

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zmiksuj i gotowe :)
Dziś miksuje Gosia Wojtus, pycha!