



Brzozowy drink z cytrusami i nasionami chia

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [napoje](#)

Warto wiedzieć:

 5 min

 2 porcje

Składniki:

sok z brzozy naturalny lub z cytryną - 400 ml
pomarańcza plastry - 6 plaster
cytryna - 6 plaster

nasiona chia - 1 łyżka
mięta - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Nasiona chia umieścić w szklance i zalać niewielką ilością soku z brzozy zamieszać i odstawić na kilka minut. Następnie dopełnić szklankę sokiem z brzozy, dodać plastry cytrusów i dodać miętę.