Jaśminowo-brzoskwiniowe lassi :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

10 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Miód - 1,5 łyżeczka
- Ciepły napar z herbaty jaśminowej - 3/4 szklanka
- Pokrojone w kostkę brzoskiwnie - 1,5 szklanka
- Jogurt grecki - 3/4 szklanka
- Nasiona chia - 2 łyżka
- Lód - 4-6 kostka

Dodatkowe info:

Koktajl ma niezwykle delikatny smak, charakteryzuje się lekką słodyczą i aksamitną konsystencją.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Rozpuść miód w ciepłej herbacie, a następnie schłodź płyn w lodówce. Miksuj w blenderze wszystkie składniki do uzyskania gładkiej konsystencji.
Uwaga! To smoothie będzie najsmaczniejsze z dojrzałymi brzoskwiniami :)