Keto PINAKOLADA, czyli ananas w diecie białkowo-tłuszczowej

Zielone Koktajle

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

5 min

1 porcja

Składniki:

- świeżego ananasa bez twardego środka i bez skóry (60g) - 1 plaster
- świeżo startego korzenia imbiru (5g) -opcjonalnie - 1 łyżeczka
- do smaku słodu (erytrytol, stewia itp) - 1 łyżeczka
- wiórków kokosowych (12g) - 2 łyżka
- mleka kokosowego - 1 szklanka

Dodatkowe info:

Przepis pochodzi z ebooka KETOKOKTAJLE z przepisami na WEGAŃSKIE koktajle białkowo-tłuszczowe

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zmiksuj składniki do gładkiej konsystencji koktajlu i podawaj schłodzone z kostkami lodu.