Koktajl cytrusy, zielenina i superfoods

Barbara Strużyna

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

15 min

4 porcje

Składniki:

- grejpfrut - 3 szt.
- jarmuż - 4-5 szt.
- baobab / camu camu / spirulina - 1 łyżka
- olej z pestek dyni - - trochę
- banan - 1-2 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Z grejpfrutów wyciskamy sok, banana obieramy, jarmuż pozbawiamy twardych części. Wszystko przekładamy do miksera i dodajemy superfoods: baobab, camu camu, sproszkowane glony lub młodą pszenicę. Na koniec dodajemy olej i wszystko miksujemy.