Koktajl na mocne włosy i paznokcie

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: napoje

Warto wiedzieć:

10 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- banan - 1 szt.
- jabłko - 2 szt.
- spirulina - 1 łyżka
- pestki moreli - kilka kilka
- pestki dyni - kilka kilka
- jogurt sojowy - 150 g

Dodatkowe info:

Koktajl, który ma zbawienny wpływ na wygląd włosów i paznokci!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Owoce zblendować ze spiruliną i jogurtem sojowym.

KROK 2: Podać z lekko uprażonymi pestkami dyni i pestkami moreli.