




Koktajl owocowy z kefirem

 Renixx

Polecane na: [desery](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 2 porcje

Składniki:

banan dojrzały - 1 szt.
melon - 0,5 szt.
brzoskwinie - 2 szt.

kefir - 250-300 ml
miód opcjonalnie - 1-2 łyżeczka
mięta - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystkie owoce obrać ze skórki, z brzoskwiń usunąć pestki z melona miąższ z nasionami, pokroić na mniejsze kawałki. Włożyć do blendera, wlać kefir, dodać miód (gdy lubimy słodkie). Zmiksować na gładki koktajl. Przełać do szklaneczek, ozdobić miętą. Podawać od razu po przygotowaniu.