Koktajl potreningowy

Zielone Koktajle

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

5 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- mleko orzechowe - 1 szklanka
- nasiona chia - 1 łyżeczka
- banan - 1 szt.
- gruszka - 1 szt.
- cynamon - 1 szczypta
- karob - 1/2 łyżeczka
- białko np. konopne - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zmiksować i pić,
dziś poleca Gosia Wojtus