Koktajl z masłem orzechowym

Zielone Koktajle

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

5 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

banan - 2 szt.
masło orzechowe 100% - 2 łyżka
opcjonalnie: kardamon, cynamon itp - 1-2 szczypta
woda - 1 szklanka

Dodatkowe info:

Przed treningiem koktajl z masłem orzechowym doda energii a w trakcie treningu pozwoli spalić więcej tkanki tłuszczowej.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zmiksuj do uzyskania jednolitej konsystencji koktajlu i pij na zdrowie.