



## Koktajl z papają, czerwoną pomarańczą i chia

 definicjasmaku

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

### Warto wiedzieć:

 5 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

czerwona pomarańcza - 2 szt.

mleko migdałowe - 1/2 szklanka

papaja - 1/2 szt.

nasionka chia - 1 łyżka

banan - 1/2 szt.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Pomarańcze obieramy ze skórki, dzielimy na części i wrzucamy do blendera.

**KROK 2:** Papaję kroimy na pół, łyżeczką usuwamy pestki. Obieramy owoc ze skórki, kroimy na mniejsze kawałki i wrzucamy do blendera.

**KROK 3:** Banan obieramy ze skórki kroimy w plastry i wrzucamy do blendera.

**KROK 4:** Na koniec dodajemy mleko migdałowe oraz nasionka chia i miksujemy aż do uzyskania jednolitego koktajlu.

**KROK 5:** Przelewamy do szklanek i podajemy.