Koktajl z sałatą

Zielone Koktajle

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

5 min

2 porcje

Składniki:

- sałata np. rzymska - 1/2 szt.
- banan - 1 szt.
- mango - 1 szt.
- woda - 1 szklanka

Dodatkowe info:

Przepis pochodzi z naszego programu motywacyjnego, w którym motywujemy do codziennego lub częstego picia zdrowych koktajli, przesyłamy odpowiednie, sezonowe, codziennie inne przepisy! Chcesz dołączyć? Zapraszamy -> zielonekoktajle.pl/miksuje

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mango przekrój wzdłuż przed pestką, natnij w szachownicę i odkrój, wydrąż środek. Jeśli używasz awokado zamiast mango przekrój
je i z każdej połówki bez pestki wyjmij miąższ łyżką. Umytą sałatę zmiksuj z owocami i wodą do uzyskania jedwabistej, kremowej konsystencji. Łatwo to osiągnąć dzięki nie tylko dojrzałemu bananowi, ale też awokado czy mango.