Krzepiący posiłek dla mamy karmiącej - zielony koktajl

Zielone Koktajle

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

5 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- natka pietruszki - 1 pęk
- jarmuż liść - 2 szt.
- sok z pomarańczy - 1 szt.
- olej kokosowy - 2 łyżka
- mleko owsiane - 1/2 szklanka
- banany - 4 szt.

Dodatkowe info:

Dzisiejszy koktajl to posiłek z diety Dominiki, aktualnie karmiącej mamy.
Jeśli ze względu na dolegliwości dziecka nie możesz stosować któregoś składnika koktajlu, np. świeżo wyciśniętego soku z cytrusów, pomiń go lub zastąp go innym, który możesz zjeść, np. sokiem z jabłka itp.

Sposób przygotowania: