Mus witaminowy

Melisa

Polecane na: napoje

Warto wiedzieć:

10 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- ananas - 1 szt.
- awokado - 1/2 szt.
- natka pietruszki - 1 pęk
- pomarańcza - 1 szt.
- witamina C - 1 łyżeczka
- banan - 1 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ananasa obieramy i usuwamy środkowy twardy trzon. Awokado przekrajamy na pół i wyciągamy łyżką miąższ. Z pęczka natki obrywamy listki. Obieramy banana i wyciskamy sok z pomarańczy. Wszystkie składniki wrzucamy do miksera dosypujemy witaminę C i miksujemy. Gdyby mus był zbyt gęsty możemy dodać wody.

KROK 2: Na zdrowie!!!