



Owocowo-warzywny koktajl z burakiem

 Zielone Koktajle

Polecane na: [napoje](#)

Warto wiedzieć:

5 min

2 porcje

Składniki:

burak - 1 szt.

ogórek - 1 szt.

pomarańcza - 1 szt.

kurkuma - 1/2 łyżeczka

woda - 1/2 szklanka

Dodatkowe info:

Przepis pochodzi z naszej książki Zapraszamy ->
zielonekoktajle.pl/ksiazki

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zmiksuj umyte i obrane owoce i warzywa. Zamiast pomarańczy możesz też użyć 2-3 mandarynek. Jeśli masz słaby blender lub nie lubisz surowego buraka to zmiksuj ugotowanego lub upieczonego.