





## Pomarańczowe marzenie

 lekkostrawnie


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

Kuchnia (region): [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

Zamrożone banany - 2 szt.

Lód - 2 lub 3 kostka

Świeżo wyciśnięty sok z  
pomarańczy - 1 szklanka

Ekstrakt ze stewii - 1/4 łyżeczka

### Dodatkowe info:

Można dodać 1 jogurt śmietankowy lub łyżkę białego musu migdałowego (do kupienia w sklepach ze zdrową żywnością)

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Wszystko wrzucamy do blendera i miksujemy, do uzyskania kremowej konsystencji. Kostki lodu rozdrabniamy i wszystko razem mieszamy.