Smoothie ananas - szpinak - jarmuż

Barbara Strużyna

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

10 min

łatwy

2 porcje

Składniki:

ananas świeży - 1 szt.
szpinak świeży - 2 garść
natka pietruszki listki - kilka
jarmuż sproszkowany - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ananasa obieramy i wyrzucamy środek. Szpinak i natkę pietruszki myjemy . Wszystko miksujemy, dodajemy łyżeczkę sproszkowanego jarmużu i ponownie miksujemy.

Smacznego !!