Spirulina smoothie

healthy-dreams

Polecane na: **desery, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

15 min

1 porcja

Składniki:

Banan - 150 g
Spirulina - 1 łyżeczka
Mleko migdałowe - 20 g
Dodatki - 1 do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Banana blendujemy z pozostałymi składnikami
(Najlepszy efekt jest gdy wcześniej zamrozimy banana na ok 3h)

KROK 2: Przekładamy do miski i podajemy z ulubionymi dodatkami