Warzywna bomba witaminowa

Zielone Koktajle

Polecane na: napoje

Warto wiedzieć:

5 min

łatwy

1 porcja

Składniki:

- brokuł - 1 kawałek
- seler naciowy - 2 laska
- pomidorki koktajlowe - 4 szt.
- mango - 1/2 szt.
- awokado - 1/2 szt.
- czerwona papryka - 1 kawałek
- miks sałat - 1 garść
- otręby pszenne, owsiane i żytnie - 1 łyżka
- len mielony - 1 łyżeczka
- olej np. z konopi - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: + woda mineralna, według uznania,
aby po zmiksowaniu osiągnąć ulubioną konsystencję

Dzis miksowała Karolina Stroik