Zielony koktajl - eliksir dla zdrowia - pyszny

Barbara Strużyna

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

10 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- napój jaglany (lub inny roślinny) - 1 szklanka
- ananas świeży - pokrojony - 1 i 1/2 szklanka
- szpinak - duże - 2 garść
- natka pietruszki listki - kilka
- avocado - kawałek
- miód - 1 łyżeczka
- spirulina lub chlorella - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Uwielbiam zielone koktajle, ale nie lubię smaku spiruliny lub chlorelli. Tutaj jej nie czuć. Myślę, że to zasługa ananasa i pietruszki.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystko miksujemy i pijemy na zdrowie.

Smacznego!