



Owocowe smoothie z imbirem

 3 porcje

 30 sek.

Składniki

- 450 g mieszanki z owoców leśnych (1 opakowanie)
- 500 ml mleka krowiego lub roślinnego (np. migdałowego)
- 3 Ł miodu
- 2 Ł startego, świeżego imbiru
- sok i starta skórka z jednej limonki
- liście bazylii
- 25 ml syropu waniliowego
- 1 Ł mielonego kardamonu
- 1 Ł cukru z prawdziwą wanilią

Przygotowanie



Wszystkie składniki umieść w naczyniu głównym robota. Zmiksować na gładkie smoothie.

 30 s  10