

Smoothie na mleku kokosowym

5 porcji 2 min

Składniki

- dojrzałe, pokrojone mango lub 200g pulpy z mango
- 1 dojrzały banan
- sok i skórka z jednej limonki
- 2 łyżeczki wiórek kokosowych
- około 700ml mleka kokosowego

Przygotowanie

1. Owoce, sok z limonki i wiórki wrzucić do naczynia głównego. Zalać mlekiem kokosowym i zblendować na gładkie smoothie – pulsacyjnie zwiększając prędkość.

2 min 8