



Zeleni začinski smoothie

🕒 5–10 Min   

Priprema

- 1 Dobro isperite mladi špinat. Uklonite sredinu jabuke i narežite na veće komade. Ogulite bananu i kivi i narežite ih. Prepolovite avokado i izvadite košticu, a zatim žlicom izvadite meso iz kore.
- 2 Stavite sve sastojke u stojeći blender i blendajte do glatke teksture.
- 3 Nalijte u čaše i poslužite.

Sastojci 4 Porcije

♦ = Kotányi Produkte

20 g	Indijskih oraščića
50 g	Mladog špinata
2 kom.	Jabuka
1 kom.	Banane
1 kom.	Kivija
1 kom.	Avokada
100 ml	Bademovog ili kokosovog mlijeka
1 čajna žličica	Meda (po želji)
1	Žličica limunovog soka
300 ml	Vode
1.5 g	♦ Green Smoothie

