

ANIA STARMACH

Koktajl z jagodami maqui

Co kupić?

- 1 łyżka jagód maqui Purella
- 200ml mleka roślinnego (kokosowe, migdałowe lub z nerkowców)
- 1 szklanka owoców leśnych (maliny, borówki – mogą być mrożone)
- 2 garści młodego szpinaku
- 1 banan
- 1 łyżka chia Purella
- 1 łyżka jagód goji Purella (do posypania)

Jak przygotować?

1. Wszystkie składniki umieść w blenderze, miksuj przez 2-3 minuty.
2. Koktajl przelej do szklanki, posyp goji. Gotowe!