

ANIA STARMACH

Smoothie jagodowe

Co kupić?

- 2 czerwone pomarańcze (jeśli będą dostępne, jak nie to zwykłe)
- 1 dojrzałe mango
- 150g arbuza
- 1 łyżka jagód acai
- 1 łyżka jagód maqui
- 1 łyżka nasion chia

Jak przygotować?

1. Wszystkie składniki wrzuć do kielicha blendera, zmiskuj, w razie potrzeby dodaj wodę lub mleko roślinne.