Smoothie na zielono

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy
Czas przygotowania: 5 min
Liczba porcji: 2

Użyte akcesoria :

- nóż

Przygotowanie :

Krok 1 - Przygotować produkty: Szpinak opłukać pod bieżącą wodą, kiwi obrać i przekroić na 2 części. Jabłko umyć, przekroić na 4 części, usunąć gniazdo nasienne – nie obierać.

Krok 2 - W naczyniu miksującym umieścić nóż, włożyć kiwi, jabłko, szpinak. Wlać wodę, dodać miód. Zamknąć pokrywą dzbanka z zamkniętą zaślepką. Zmiksować – czas 1 minuta, prędkość 10.