

Smoothie truskawkowe z melonem

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 5 minut

Liczba porcji: 2-3

Użyte akcesoria :

- nóż

Przygotowanie :

Krok 1 - Przygotować produkty: Melon umyć, przekroić na pół. Za pomocą łyżki wydrążyć gniazdo nasienne. Melon obrać, pokroić na mniejsze kawałki.

Krok 2 - W naczyniu miksującym umieścić nóż, włożyć 400 g pokrojonego na kawałki melona, dodać 200 g mrożonych truskawek, włożyć 1 łyżkę miodu i 2 łyżki soku z cytryny. Wlać 200 ml wody niegazowanej. Zamknąć pokrywę dzbanka z zamkniętą zaślepką. Zmiksować – czas 30 sekund, prędkość 10.