



## Borůvkové smoothie s banánem

Ingredience

borůvky: **250 g**  
banán: **1 ks**  
bílý jogurt: **2 PL**  
chia semínka: **1 PL**  
kokosové mléko: **400 ml**  
citrónová šťáva: **2 PL**  
javorový sirup  
máta

**STUPEŇ ZDRAVOSTI:**

Super zdravé, doporučujeme

**Oloupané banány nakrájíme na kolečka, zakapeme citrónovou šťávou a společně s borůvkami, chia semínky, jogurtem a kokosovým mlékem rozmixujeme. ...**

Oloupané banány nakrájíme na kolečka, zakapeme citrónovou šťávou a společně s borůvkami, chia semínky, jogurtem a kokosovým mlékem rozmixujeme.

**Borůvkové smoothie s banánem** můžeme dosladit javorovým sirupem a ozdobit lístky máty.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí