

Koktejl z jablek a meruněk



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 20min , Porce: 2

2437 kalorií , **39 g** cukrů , **3 g** tuků , **49 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/koktejl-z-jablek-a-merunek>

Příprava

Jablko zbavíme slupky a jadřince a nakrájíme na kousky. Dáme ho společně s nakrájenými meruňkami do mixéru, přidáme třetinu mléka, med a skořici. Rozmixujeme na pyré a postupně přidáme zbytek mléka. Podáváme chlazené.

Ingredience

- 2 jablka
- 4 meruňky
- 300 ml nízkotučného mléka
- 2 lžíce medu
- špetka mleté skořice

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Ovoce, Rodina, Vegetarián, Nápoje a koktejly

