

Malinové smoothie



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 1

171 kalorií , **12 g** cukrů , **3 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Tereza Koňářiková

Odkaz: <https://srecepty.cz/malinove-smoothie>

Příprava

Všechny ingredience rozmixujeme v mixéru a podáváme!

Ingredience

- 1 šálek maliny
- 1 ks banán
- 1 šálek voda
- 1 lžice máta peprná

Kategorie

Bezlepková, Vegetariánská, Jaro, Léto, Finančně nenáročná, Ovoce, Rychlovka, Chudý student, Nápoje a koktejly, Snídaně

