

# Mrkvový nápoj s keфіrem



Obtížnost: 

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

70 kalorií , 0 g cukrů , 2 g tuků , 4 g bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/mrkvovy-napoj-s-kefirem>

## Příprava

Šťávu s keфіrem, kůrou, kořením a cukrem rozmixujeme. Podáváme se zelenou natí.

## Ingredience

- ✓ 1,5 dcl mrkvové šťávy
- ✓ 1 dcl keфіru
- ✓ 5 g cukru krupice
- ✓ troška citronové šťávy
- ✓ 5 kapek pomerančové šťávy
- ✓ troška muškátového květu

## Kategorie

Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Nápoje a koktejly

