

Polévka z melounu a manga



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 4

55 kalorií , 12 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/polevka-z-melounu-a-manga>

Příprava

Meloun oloupeme a nakrájíme na kostky. Dáme do mixéru s oloupaným a nakrájeným banánem, medem a citronovou šťávou. Zralé mango oloupeme, nakrájíme na kousky a přidáme do mixéru. Rozmixujeme dohladka.



Tip k receptu

Přidat můžeme i vanilkový extrakt. S přidáním alkoholu můžeme připravit výborný koktejl.



Ingredience

- ✓ 1/2 ks žlutého melounu
- ✓ 1 ks manga
- ✓ 1/2 ks banánu
- ✓ 1 lžičce včelího medu
- ✓ 1-2 lžičce citronové šťávy

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Ovoce, Polévka