

Polévka z melounu a manga



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

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

53 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 ks manga
- 1-2 lžíce včelího medu
- 1 lžíce citronová šťáva
- 1/2 banánu
- 1/2 žlutého melounu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková,
Vegetariánská, Léto, Celoročně, Finančně
nenáročná, Ovoce, Polévka

