

Startovací mango-jablečný nápoj



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

69 kalorií , 8 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Ellis

Odkaz: <https://srecepty.cz/startovaci-mango-jablecny-napoj>

Příprava

Mango oloupeme a zbavíme pecky. Dužinu rozmixujeme v mixéru na kaši, přihodíme všechny zbylé ingredience kromě jablečného moštu a znovu rozmixujeme. Vzniklé pyré nalijeme do dvou sklenic a v každé dolijeme přibližně 125 ml moštu.



Tip k receptu

Výborné ráno po snídani pro start dne.

Ingredience

- ✓ 1 mango
- ✓ 3-4 lžičky citronové šťávy
- ✓ 2 lžičky rozinek
- ✓ 2 lžičky medu
- ✓ špetka mleté skořice
- ✓ 250 ml jablečného moštu nebo přírodní šťávy

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Štíhlá slečna, Nápoje a koktejly

