

Szpinakowy koktail



Autor: **Cjolka**

Przepisów: **21** Ocena: **147**



1-2 os.



15 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 1 banan
- 125 ml wody
- 125 ml mleka migdałowego
- 1/3 świeżej papryczki chilli
- garść szpinaku
- 1 łyżeczka miodu

Sposób przygotowania:

- 1 Wszystkie składniki umieszczamy w misce i blendujemy i rozlewamy do szklanek.

Twoje notatki do przepisu: