

Koktajl owocowo-jogurtowy

Składniki:

- 1kiwi
- 1szklanka mrożonych truskawek
- 1banan
- 1gruszka
- 1jabłko
- Sok z 1 mandarynki
- Sok z 0,5 cytryny
- 0,5 granatu
- 200 ml jogurtu naturalnego

Sposób przygotowania:

1. Owoce umyć
2. Owoce obrać
3. Owoce pokroić, wycisnąć sok z mandarynki i cytryny
4. Wrzucamy owoce, wlewamy soki i jogurt do blendera
5. Blendujemy aż uzyskamy gładki napój
6. Przelewamy do szklanki
7. Dekorujemy granatem.

