

VITAMÍNOVÁ BOMBA SE ZÁZVOREM



Suroviny:

- 5-6 ks mrkve
- 2 ks jablka
- 2 ks pomeranče
- 1 ks manga
- 2 cm zázvoru

Postup:

- Všechny ingredience omyjeme.
- Mango, mrkev a zázvor oloupeme a nakrájíme na kousky.
- Pomeranče oloupeme a rozdělíme na kousky.
- Jablka nakrájíme na osminy.
- Postupně odšťavníme mrkev, zázvor, pomeranče a jablko.
- Mango rozmixujeme v mixeru nebo smoothie makeru a přidáme do šťávy.
- Před pitím řádně promíchejte.