

Körsbärs- och blåbärssmoothie

Smoothie

- 1 dl frysta körsbär
- 1.5 dl frysta blåbär
- 2 st frysta bananer
- 0.5 dl kokosmjölk
- 2 dl kallt vatten
- 1 msk honung eller agavesirap

Topping

- 3 msk pumpakärnor
- 1 msk hampafrön