

Kiwi- och spenatsmoothie

2 mogna frysta bananer, skurna i skivor
1 dl fryst mango
75 g färsk baby spenat
2 skalade kiwi, zespri green kiwifruit
1.5 dl kallt vatten, ca

Topping

t ex toppa med pumpakärnor, chiafrön, bee pollen och physalis