



SMOOTHIE

Blåbär- & gurksmoothie

Kock: **Elisabeth Gabrielsson** Tid: **5 min** Portioner: **2**

En smoothie är alltid smaskigt och den här kan du dricka med gott samvete i ur och skur!

En riktigt fräsch och supergod blåbär & gurksmoothie med en hint av lavendel, citron och ingefära. Smaker som gillar varandra kan man med god ro säga.



INGREDIENSER

- 1 deciliter kalla eller frysta blåbär
- 100 gram kall gurka med skal
- 3 deciliter iskall citron & ingefärsdryck kiviks
- 1-2 nypor mortlad lavendel

GÖR SÅ HÄR

1

Se till så att alla ingredienser är riktigt kalla innan du börjar mixa. Mixa alla ingredienserna i en mixer i cirka 2 minuter eller tills smoothien är helt slät och fluffig.