



SMOOTHIE

Apelsin- och persikosmoothie

Kock: **Madeleine Strandborg** Tid: **15 min** Portioner: **2**



Uppfriskande och god smoothie gjord på apelsin, banan och persika med en fräsch smak av mynta.



INGREDIENSER

Smoothie

- 4 msk kokosmjölk
- 3 st frysta bananer
- 2 st apelsiner
- 3 st persikor
- 5 st mynta
- 2 tsk honung (kan uteslutas)
- 1 dl kallt vatten

GÖR SÅ HÄR

- 1** Skär bananerna i mindre bitar och lägg i mixer.
- 2** Skala och dela apelsinerna, kärna ur persikorna och lägg i mixern.
- 3** Tillsätt det kalla vattnet, myntabladen, honungen och kokosmjölken. Blanda tills smoothien är helt slät.
Häll upp i glas och njut.