

Napój owocowy II

Przepis dodany przez użytkownika ewa1257

bardzo zdrowy

Czas przygotowania: 10 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: bardzo łatwe

Koszt: 12 PLN

Kaloryczność: 100 kCal

Potrzebne składniki:

- morela - 2 szt.
- papaja - 1 szt.
- pomarańcza - 2 szt.
- mleczko kokosowe - 4 łyżka(i)
- sok z winogron - 200 ml
- woda mineralna -

Przydatne akcesoria:

mikser

Etapy przyrządzania:

- 1.** Polać morele wrzącą wodą, obrać ze skórki, przekroić na połówki i usunąć pestki. Obrać papaję, przekroić na połowę, usunąć pestki. Obrać ze skórki pomarańcze, usunąć z wierzchu białą błonkę, rozdzielić na cząstki. Zmiksować owoce z mleczkiem kokosowym i sokiem z winogron. Rozcieńczyć napój niewielką ilością wody mineralnej.

Jak podawać?

w szklankach