



Groene smoothie



Bereidingstijd

< 30 min



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

1 handvol bladspinazie
1/4 ananas (in blokjes)
1/2 mango (in blokjes)
1 banaan
water (een beetje)

Bereidingswijze

- 1.** Mix alle ingrediënten in de blender tot een gladde smoothie.
- 2.** Voeg eventueel wat water toe om de smoothie te verdunnen.