



BOSCH

Винайдено для життя

Зелений смузі Детокс

Склад:

- 1 жменя свіжого листя шпинату
- 3 морквини
- 1/2 манго
- 1 банан
- 1/2 чайної ложки куркуми
- 4 волоські горіхи
- імбир за смаком
- 200 мл води

Приготування:

Все просто!

Промити шпинат, очистити моркву, манго, банан і імбир. Очистити горіхи від шкарлупи. Покласти всі інгредієнти в міні-блендер, додати воду і куркуму. Змішати все в пюре. Налийте в склянку і насолоджуйтеся.

Бажаємо успішного приготування цієї страви!
Ваш Bosch