



SMOOTHIE BANAN-OWOCE LEŚNE

Składniki na 5 porcji (1 litr):

- 300 g przecieru bananowego PURENA
- 200 g kompotu owoce leśne PURENA
- 60 g przecieru jabłkowego PURENA
- ok. 510 ml wody



SPOSÓB WYKONANIA:

1



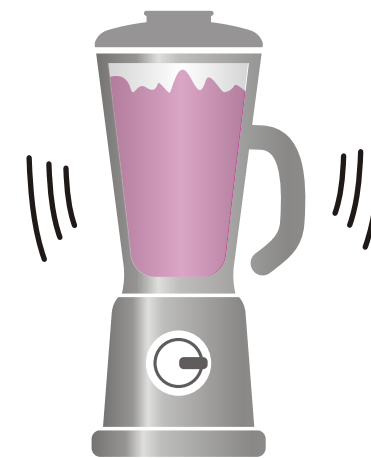
Do blendera wlać przecier bananowy i kompot owoce leśne PURENA.

2



Dodać przecier jabłkowy i wodę.

3



Całość zblendować lub wymieszać na gładką masę.

Wartości odżywcze:

100 g
64 kcal

1 porcja
137 kcal

Gotowe smoothie spożyć w przeciągu 24 h.

Otwartą saszetkę PURENA przechowywać w lodówce przez 7 dni.