

Kivili Maydanoz Smoothie

Toplam 8 dk

Hazırlama - Pişirme 0 dk

2 kişilik

Kolay

~112 kcal

Açlık bar 2/10

Kivili maydanoz smoothie, ekşi meyve ve taze ot dengesini salatalıklardan oluşan parlak renkli bir bardaktır.

Malzemeler

- 2 adet Kivi
- 0.3 demet Maydanoz
- 1 adet Salatalık
- 1 adet Yeşil elma
- 1 yemek kaşığı Limon suyu
- 150 ml Soğuk su

Yapılış

1. Kivi, salatalık ve elmayı doğrayın.
2. Maydanoz, limon suyu ve soğuk suyu blendera alın.
3. Tüm malzemeyi 45 saniye çekip hemen servis edin.

PÜF NOKTASI

Maydanozun kalın saplarını alarak inceleyin pürüzsüz kalmasını sağlayın.

SERVIS ÖNERİSİ

Bekletmeden soğuk servis edin.