

Smoothie s antioxidanty, vitaminy B a C a draslíkem, kravské mléko nahradíme chutnějším a zdravějším kokosovým.

*1 šálek papáji*

*1 šálek jahod*

*1 banán*

*1-1/2 šálku kokosového mléka*

*špetka chia semínek*

Rozmixujte. Pijte na snídani nebo dopolední svačinu.