



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **10 perc**



Elkészítés:



Répási Eszter



EGZOTIKUS GYÜMÖLCSTURMIX

A mangó egy egzotikus gyümölcs, mely amellet, hogy nagyon ízletes még egészséges is. Rendkívül gazdag antioxidáns hatású vitaminokban (A-,C-,E-vitamin).

HOZZÁVALÓK

1 ananász

2 mangó

200 kókusztej

víz ízlés szerint

1 kókuszchipsz

ALLERGÉNEK

Gluténmentes

Laktózmentes

Tojásmentes

- 1 Mossuk meg a gyümölcsöket, majd hámozzuk meg őket.
- 2 A gyümölcsök húsát kockázzuk fel.
- 3 Dobjuk a turmixgépbe.
- 4 Öntsük hozzá a kókusztej felét.
- 5 Turmixoljuk össze.
- 6 Öntsük hozzá a kókusz tej másik felét is.
- 7 Adjunk hozzá vizet ízlés szerint (ki mennyire szereti hígan).
- 8 Öntsük poharakba, a tetejét díszítsük kókuszchipszel.



Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

