



całość (4 porcje) 320 kcal
1 porcja 80 kcal

Smoothie M&M

Składniki:

300g melona, miąższu pokrojonego na kawałki
200g malin mrożonych
200g banana, pokrojonego na kawałki
200g soku jabłkowego

Sposób przygotowania:

Wszystkie owoce dokładnie rozgnieść przy użyciu blendera, dodać sok i ponownie dokładnie miksować.



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
WEGETARIANSKA



POTRAWA
WEGAŃSKA



POTRAWA
BEZ DROżdZY