

Ingrediënten voor 4 personen

2 kleine avocado's 75 g
gewassen spinazie 2 bananen
500 ml vers sinaasappelsap 1
blender (staafmixer)

Tijd: 0-10 min.

Keuken: Wereld

Soort_gerecht: Ontbijt

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee



On the go-smoothie

Lekker snel om te maken als je weinig tijd hebt maar toch de vitamientjes wilt

Bereidingswijze

1. Doe de avocado met de spinazie en banaan in de blender. 2. Schenk het sinaasappelsap erbij en pureer tot een gladde en romige smoothie. Schenk de smoothie in 4 glazen.