

Smuti sa cveklom



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **20** min

Sastojci

Potrebno je:

- 1 srednja šargarepa
- 1 zelena, nakisela, jabuka
- 2 manje pomorandže
- 1 parce cvekle (od 80 g)
- 1 limun
- 1 kivi
- 2 kašik meda
- sok od pomorandže

Priprema

Dakle, za ovaj smuti su potrebne namirnice koje su prikazane na slici. Ovo je kolicina za dve, velike, čaše (koje idu uz aparat), pa kada se napravi dovoljno je za četiri osobe.

Svo voće i povrće očistiti (oljuštiti), pa iseći na kocke. Rasporediti u dve čaše, koje se dobijaju uz aparat (inace ovaj aparat sam dobila od portala Recepti.com i, malo je reci, da sam prezadovoljna sa njim), pa dodati med. Naliti sok od pomorandže (kolicina soka zavisi od toga da li želite da je napitak gušći ili reži), dodati po dve kockice leda, pa umutiti. Uživajte u veoma zdravom i ukusnom napitku.

Savet