

Zdravi zeleni napitak



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **10 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **2 šakesvežeg spanaca**
- **3-4 listicacuvarkuce**
- **2 narandže**
- **1banana**
- **1/2 kašicicemlevenog umbira**
- **150 mlvode**
- **1 manjilimun**

Priprema

Narandže oljuštiti i saseckati, spanac oprati i usitniti listice, bananu oljuštiti i saseckati na kolutice.

U blen sipati vodu i prvo izmiksati kratko narandže, dodati bananu, spanac, izmiksati još kratko pa dodati spanac, cuvarkucu, umbir i isceeni limun. Izmiksati da se sve sjedini i poslužiti.

Savet

Ako vam je gusto dodajte još malo vode. Napitak ja jako lep bojom i ukusom, a pored toga jako je i zdrav. Može te popiti ašu ujutru na prazan stomak ili uz doruak, a ostatak popijte u to li dana. :)