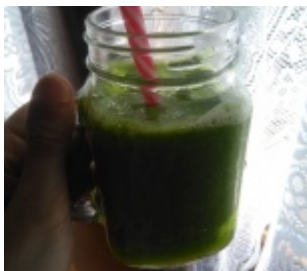


Zeleni šejk za decu



težina: **lako**

za: **0** osoba

vreme pripreme: **15** min

Sastojci

Potrebno je:

- 2 šakespanaca
- 2 narandže
- 1 vecabanana
- 1 jabuka
- 1/2limuna
- na vrh kašicicemlevenog umbira

Priprema

Izmiksati narandže sa malo vode pa dodati spanac, saseckanu bananu i jabuku, sve izmiksati i dodati malo limunovog soka i umbira. Dodati vode po potrebi da prilagodite gustinu kakvu želite i sve izmiksati.

Savet

Evo naina da deca unesu malo spanaa, a da toga nisu svesni :) šejk se uopšte ne oseam na spana, jako je ukusan i zdrav. Najviše se osea na bananu, a zbog boje mogu pomisliti da je od kivija (možete takoe i to ubaciti ako želite), nije ni malo neprijatnog ukusa, dovoljno je sladak za jedan zdrav napitak bez šeera. :)