

Smoothie od japanske jabuke



težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **5** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1** jako zrela kaki ili japanska jabuka
- **250 ml** jogurta
- **1 kašik** meda
- **1 kašicica** chia sjemenki

Priprema

Japansku jabuku ogulite i narežite. Dodajte jogurt, med i chia sjemenke.

Sastojke izmiksajte u blenderu...

... i poslužite!

Savet