



Citrus twist

Čas přípravy:
15 min

Chuť:
aromatická

Ingredience:

2 lžíce citronové šťávy
2 lžičky citronové kůry
1 lžička nastrohaného zázvoru
380 g vanilkového jogurtu
2 lžíce medu
kurkuma

Postup:

1.

Citron důkladně omyjte, jemně nastrohejte trochu kůry a vymačkejte šťávu. Zázvor oloupejte a nastrohejte nebo nasekejte najemno. Citronovou šťávu, kůru, zázvor a ostatní ingredience vložte do mixéru.

2.

Mixujte dohladka, dokud nebude smoothie jemné a krémové. Nalijte do sklenice Fusion a vychutnejte si svůj malý rituál svěžesti.