

Multivitaminová bomba



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 4

295 kalorií , **55 g** cukrů , **2 g** tuků , **7 g** bílkovin

Autor: Barbora Dvouletá

Odkaz: <https://srecepty.cz/multivitaminova-bomba>

Příprava

Část ovoce si odložíme stranou na zdobení a na dno sklenic, zbytek ovoce rozmixujeme s pomerančovým džusem a ledovou tříští. Můžeme použít jen kostky ledu, Ty pak dáme na dno sklenic, přidáme trochu nakrájených jahod a zalijeme jahodovým sirupem. Na tento základ opatrně nalijeme přes lžíci rozmixované ovoce, abychom zachovali vrstvy. Na ozdobná párátka nebo špejle napíchneme ovoce a položíme přes okraj sklenic.

Ingredience

- 1 banán
- 1 mango
- 1 pomeranč
- 200 g čerstvých jahod
- 5 dcl pomerančového džusu
- 1 dcl light jahodového sirupu
- led

Kategorie

Obyčejný den, Thajská, Celoročně, Finančně náročnější, Ovoce, Exotika, Rodina, Nápoje a koktejly

