



**Grinebider**

Få noget at grine af med denne sjove og skøre smoothie. De lækre mangoer og festlige passionsfrugt skal nok gøre dig glad i låget.



Bedøm opskrift



15 min



Jun – Okt



Dagligt grønt



Vegetar



Lav på gluten



Lav på laktose

## Ingredienser

2 personer

1 dl. frisk broccoli

1 avocado

1 dl. frosset mango

1 banan

2 passionsfrugter

2 dl. ris-, mandel-eller sojamælk

1 håndfuld isterninger

# Tilberedning

- 1 Blend alle ingredienser og tilføj mere væske hvis du ønsker en mere flydende konsistens.
- 2 Tilsæt evt. en spsk. kvalitetsolie.

