

INGEFÆR SMOOTHIE

Ingefærsmoothie er en rask og frisk smoothieoppskrift som er lett å lage.

- 1 kiwi
- 50 g babyspinat
- 4-5 isbiter
- 2 dl eplejuice
- 2-3 cm ingefærrot, hakket i biter
- Sitron etter smak
- Kanel etter smak
- 2 dl persille

Hakk kiwi i biter og legg den i blenderen. Legg så til ca. 50 gram spinat og 4-5 isbiter. Fyll på med eplejuice. Legg til sitron og kanel etter smak. Hakk 2-3 cm av en ingefærrot til mindre biter. Bland alt sammen og nyt en frisk smoothie!