**Koktajl shreka:**

Składniki:

liście szpinaku ( im więcej, tym lepiej )

1 dojrzały banan

wyciśnięty sok z jednej pomarańczy

1 jabłko oczyszczone z gniazd nasiennych

woda ( jaką ilość dodacie zależy od konsystencji, którą chcecie uzyskać )

Zmiksuj składniki i gotowe ☺

**Dietetyk Anna Karwala**

 