



przepisy.pl

## Koktajl z pomarańczy, cytryny, szpinaku, imbiru, chia



### Składniki:

- średnia pomarańcza - 1 sztuka
- średnia cytryna - 1 sztuka
- korzeń imbiru - 10 gramów
- świeży szpinak - 1 szklanka
- nasiona chia - 2 łyżki
- woda - 50 mililitrów

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

 8 minut  1 osoba  Łatwe

### Sposób przygotowania:

1. Owoce – pomarańczę i cytrynę – obierz ze skóry i pokrój na cząstki. Wrzuć do blendera.
2. Obierz imbir i również dodaj do blendera.
3. Dodaj szpinak i nasiona chia. Wlej wodę.
4. Składniki koktajlu zmiksuj na gładką masę.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)