



Sposób przygotowania

Pulpę mango wymieszać dokładnie z jogurtem i mlekiem. Doprawić malutką szczyptą soli. Rozlać do naczyń i jako dekorację dodać posiekane pistacje, owoce leśne oraz płatki jadalnych kwiatów.

Smoothie z mango i pistacjami



10 minut



4 porcje



Składniki

- 400 ml pulpy mango
- 100 ml jogurtu naturalnego
- 100 ml mleka
- 4 łyżki pistacji solonych
- owoce leśne
- płatki jadalnych kwiatów
- szczypta sól