

# Bleksellerismoothies!



Läs mer och hitta recept  
på [www.hebe.se](http://www.hebe.se) eller  
scanna in QR-koden.



# Bleksellerismoothies

1 port.

## Ingredienser:

### Gul smoothie

1st blekselleri, stjälk  
1dl ananas, färsk, skalad  
o hackad  
1st bananer, skalad  
0,5 dl päron, skalat o  
urkärnat  
0,5 dl mandelmjök  
1 tsk honung

### Grön smoothie

1 st blekselleri, stjälk  
2 dl babyspenat  
2 msk mynta, färsk  
1 dl mandelmjök  
0,5st grape, fruktköttet  
2dl ananas, färsk, skalad  
o hackad  
0,5st avokado, skalad o  
urkärnad

## Gör så här:

Mixa alla ingredienser till den smoothie du väljer i en mixer. Servera.