

Grejpfrutowe zimowe orzeźwienie



MYSZA75



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

banan	1 sztuka
mandarynki	4 sztuki
grejpfrut	2 sztuki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Owoce dokładnie myjemy. Następnie obieramy ze skórki i kroimy na plastry banany. Grejpfruta dzielimy na części i obieramy z błonek. Mandarynki także dzielimy na części. Wszystko wkładamy do miseczki dokładnie mieszamy i dodajemy suszoną żurawinę. Sałatka bardzo zdrowa, zawiera dużo witamin potrzebnych nam zimą.