

Didim Mandalinalı Kefir Smoothie

Toplam 5 dk

Hazırlama - Pişirme 0 dk

2 kişilik

Kolay

~138 kcal

Açlık bar 3/10

Didim mandalinalı kefir smoothie, kefiri mandalina ve buzla çekerek kış sabahları için ferah, hafif ekşili ve ipeksi bir içecek kazandı.

Malzemeler

- 2 su bardağı Kefir
- 3 adet Mandalina
- 1 tatlı kaşığı Bal
- 1 su bardağı Buz

Yapılışı

1. Mandalinaların kabuğunu soyup beyaz liflerini ayıklayıp dilimlere bölüp çekirdeklerini çıkarın.
2. Tüm malzemeyi blenderda çekin.
3. Smoothieyi hemen servis edin.

PÜF NOKTASI

Mandalinaların beyaz zarını ayıklamak içeceğin acılaşmasını önler.

SERVIS ÖNERİSİ

Soğuk bardakta sunun, üstüne mandalina kabuğu rendesi serpip hemen verin.

Alerjenler

Süt