

## Ovocné smoothie s kokosovou vodou



**Čas prípravy:** 10 minút

**Druh jedla:** Smoothie

*Ovocné smoothie s obsahom kokosovej vody doplní do organizmu minerály, banán pohladí žalúdok a prinavráti draslík a melón doplní kvalitnú vlákninu. V sezóne sladkých žltých melónov si nemôžete dopriať nič lepšie, ako toto lahodné a zdravé smoothie.*

### **Suroviny:**

2 šálky kokosovej vody

3 šálky žltého melónu, nakrájaného na kocky

1/2 šálky ľadových kociek

6 - 8 ks zrelých čerešní

### **Postup práce:**

Všetky ingrediencie (okrem ľadu) vložíme do mixéra, mixujeme cca 3 - 4 minúty, pridáme ľad a ihneď podávame