



Sinaasappel smoothie met kaki

BY ORGANIC HAPPINESS



Wat je nodig hebt:

- 4 perssinaasappels
- 1 mango
- 2 stuks kaki
- 1 banaan



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS AAN RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL



Sinaasappel smoothie met kaki

BY ORGANIC HAPPINESS



Hoe je het maakt:

Snijd de sinaasappels door de helft en pers ze vervolgens uit met een citruspers.
Voeg het sinaasappelsap toe aan de blender.

Je kunt nu de mango schillen en het vruchtvlees toevoegen aan de blender.
Probeer zo dicht mogelijk langs de pit te snijden om zo min mogelijk vruchtvlees
verloren te laten gaan.

Snijd de kroon van de kaki af en schil de kaki. Probeer ook hier om de vrucht zo
dicht mogelijk langs het hart te snijden om zo min mogelijk vruchtvlees verloren te
laten gaan. Tot slot schil je de banaan en snijd in kleinere stukken. Voeg zowel de
banaan als de kaki toe aan de blender. Laat het geheel ongeveer 2 minuten
mengen tot een gladde smoothie.

Je kunt nu gaan genieten van deze gezonde, biologische fruit smoothie met
mango.



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS AAN RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL