

GREEN BOWL

By cravatteaifornelli.net



Preparazione : 15 min - **Riposo :** - - **Cottura :** - - **Materiale :** -

Ingredienti : 2 porzioni

- 1 avocado - 1 banana - 1 mela - 1 pera - 2 gambi di sedano - 2 cucchiaini di miele di acacia - 25 ml latte di riso - 100 g muesli

1. Pelate tutte le verdure tagliatele a tocchetti e posizionatele in un frullatore, io ho usato il Cook Expert con il programma SMOOTHIE.

2. Ripetete la stessa operazione con lo stesso programma aggiungendo però il latte con il riso.

3. Versate la crema in due bowls e aggiungete da un lato il muesli.

Cook Expert ■

© Fotografie e Ricetta da cravatteaifornelli.net

Le ricette degli internauti non sono testate nuovamente dalla Magimix.

Autore : cravatteaifornelli.net