



Smoothie banaan, spinazie en appel



Bereidingstijd

< 30 min



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

200 ml water
4 handen vol spinazie
1 appel (Golden)
1 banaan (rijp)
1 theelepel citroensap

Bereidingswijze

- 1.** Snij de appel in partjes en verwijder het klokhuis.
- 2.** Was de spinazie en verwijder de schil van de banaan.
- 3.** Doe alle ingrediënten in de blender en mix tot een egale smoothie.