

Sappen en smoothies



voor ± 2 personen



SMOOTHIE APPEL, SPINAZIE, WORTEL EN CITROEN

2 appels

1 halve citroen (biologisch)

100 gram spinazie

1 wortel

1 glas kokoswater

BEREIDING

Doe alle ingrediënten in een blender en blend het op de smoothie voorkeur stand.

Extra info:

Deze smoothie bevat enorm veel vitamine C, dus voor je immuunsysteem en je weerstand is deze smoothie ideaal!