



שייק לילדים של עדן מנשה

מצרכים:

- 1 1/2 כוסות אוכמניות כחולות
- 1 בננה
- 1 1/2 כוסות תותים
- 1 1/2 כוסות מנגו
- 8 שקדים
- 2 תמרים
- 1 כפית ספירולינה
- 2 כוסות מים

אופן ההכנה:

להוסיף את כל המצרכים למיכל הויטמיקס ולהפעיל על תוכנית "שייק".

המתכון באדיבות עדן מנשה.