



שייק אננס תפוח ותפוז

מצרכים:

- 1/2 כוס מים
- 1 תפוח עץ
- 1 תפוז
- 1 גזר
- 1 כוס אננס חתוך לקוביות
- 1 כוס קרח

אופן ההכנה:

להכניס את כל המצרכים לקנקן הויטמיקס ע"פ הסדר הרשום.

להפעיל את הויטמיקס על מהירות גבוהה כ- 30-40 שניות.