

Resep Smoothie Mangga Alpukat



Bahan:

1 cangkir kecil potongan daging mangga

1/2 cangkir es krim rasa mangga/ vanilla

1/4 bagian daging alpukat ukuran sedang

1/4 cangkir skim milk

2 sdm madu

2 sdm air lemon

1/4 cangkir es batu

Cara membuat:

Campur semua bahan menjadi satu di dalam blender

Haluskan semua bahan tersebut sampai lembut

Tuang ke dalam gelas

Berilah hiasan berupa potongan buah mangga dan alpukat agar lebih menarik

Siap dihidangkan