

Inköpslista: Grön, skön smoothie av spenat, ingefära, mango & citron

- 1 påse (70 g) färsk spenat
- 1 citron
- Färsk ingefära (ca 4 cm bit)
- 1 påse fryst mango eller 2 färska (kolla att de är ordentligt mogna)

Prova gärna att även mixa i äpple