



מתכון

מחית מטרנה סלט פירות, סלק
וממרח שקדים טבעי



0דק'

סה"כ זמן הכנה

מחית מטרנה סלט פירות, סלק וממרח שקדים טבעי

מצרכים:

מחית מטרנה סלט פירות, קוביית סלק לאחר אידוי, כפית ממרח שקדים טבעי

אופן ההכנה:

חותכים ומרסקים את החומרים בבלנדר ובתיאבון!
הסלק הוא מקור מעולה לברזל ולויטמין C הידועים כחיוניים לתפקוד תקין של גופנו.