DİYABET SMOOTHİE

2 bardak dondurulmuş ahududu, yaban mersini ve çileği bir avokado ve bir bardak lahana ile karıştırın.
Tutarlılığı azaltmak için su, badem sütü, yeşil çay veya az yağlı süt ekleyin.
İyi yağ ve ekstra lif eklemek için chia tohumlarından karıştırın.

Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 03.04.2024

© lezzetler.com tarif no:170518 • adı:Diyabet Smoothie • gönderen:Somuncu • indirme tarihi:22.05.2024 - 19:43