



## KAROTKA Z MANGO

### Przygotowanie:

W sokowirówce wycisnąć sok z marchwi, następnie przelać go do blendera i zmiksować razem z mango i bananami. Rozlać do szklanek.

### Składniki (na 1litr):

2 kg marchwi  
3 dojrzałe mango  
3 banany  
Nasiona Chia