

## Gyömbéres banános turmix

Hozzávalók 1 személyre:

1 db banán

1 darabka friss gyömbér (kb. 1cm)

1 ek méz

1/2 kk őrölt fahéj

200 ml frissen facsart narancslé (lehet a rostokkal együtt)

1. Ez a nagyszerű ital néhány egyszerű lépésből áll. Elsőként a banánt vágd fel kisebb darabokra.
2. Minden összetevőt tegyél bele a turmixgépbe.
3. Néhány perc alatt turmixold össze, majd töltsd ki pohárba.
4. Ha van kedved, akkor díszítsd egy kis őrölt fahéjjal és chia maggal a tetejét, ahogy én is tettem. Te is megérdemled a kényesztetést 😊.