



## Koktajl antyoksydacyjny

★★★★★ (10)

10 minut

4 osoby

łatwy

### Wartości odżywcze

**128 kcal** / 1 porcję (268 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność <b>47.68 kcal</b> 2.38%	Białko <b>0.87 g</b> 1.74%	Węglowod. <b>11.90 g</b> 4.41%	Tłuszcze <b>0.24 g</b> 0.34%	Błonnik <b>1.55 g</b> 6.2%	<b>GDA</b> <b>2.38 %</b>
--	----------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------

\* wartości GDA dla diety 2000 kcal

### Składniki

- Ogórek szklarniowy - 260g
- Kiwi - 150g (2 sztuki)
- Banan - 200g
- Pomarańcza - 460g

### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Wszystkie składniki dokładnie zmiksować.

*Smacznego!*

