



Groene smoothie met vlierbloesemsiroop

 ontbijt/snack  10 min.  2

INGREDIENTEN:

- 2 peren, ontpit en in stukjes
- 1 appelsien, geschild en in stukjes
- 1 banaan, in stukjes
- 1 handvol spinazie
- 240 ml water
- ½ limoen, geschild
- 10 blaadjes munt
- **2 eetlepel Belberry vlierbloesem siroop**
- ¼ kleine lepel hennep poeder (optioneel)
- ¼ kleine lepel maca poeder (optioneel)

Voor de topping:

- Hennep zaadjes
- Kleine muntblaadjes
- Belberry vlierbloesem siroop

BEREIDING & PRESENTATIE:

- Doe alle fruit met het water in een high speed blender en mix tot mooi geheel.
- Voeg spinazie toe en blend opnieuw.
- Voeg vlierbloesem siroop en poeders (optioneel) toe en blend tot alles mooi verwerkt is.
- Giet in een glas en werk af met de topping ingrediënten.

