thermomix

SMOOTHIE ΜΕ ΚΕΡΑΣΙ ΚΑΙ ΠΑΝΤΖΑΡΙ

5 λεπτά 5 λεπτά εύκολη 8 ποτήρια (200 ml το καθένα)

ΥΛΙΚΑ

125 γρ. παντζάρι ωμό, κομμένο στα τέσσερα
900 γρ. κεράσια, χωρίς κουκούτσια (φρέσκα ή κατεψυγμένα)
480 γρ. γάλα αμυγδάλου
30 γρ. φρέσκο χυμό λάιμ
20 γρ. σπόρους chia
15 γρ. μέλι
225 γρ. παγάκια (περίπου 24 παγάκια), για σερβίρισμα.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Βάλτε στον κάδο τα παντζάρια και αλέστε **10 δευτερόλεπτα/ταχύτητα 10.**
2. Προσθέστε τα κεράσια, το γάλα αμυγδάλου, το φρέσκο χυμό λάιμ, τους σπόρους chia, το μέλι και αλέστε **10 δευτερόλεπτα/ταχύτητα 10.**
3. Σερβίρετε αμέσως με παγάκια ή διατηρήστε στο ψυγείο.