



KOKTAJL TRUSKAWKOWY ORZEŻWIAJĄCY

Składniki:

półtorej szklanki wody

10 świeżych lub mrożonych truskawek

1 łyżka oleju lnianego

1/2 łyżeczki ekstraktu waniliowego

1 miarka odżywki białkowej

słodzik dla smaku (opcjonalnie)

garść kostek lodu (opcjonalnie)