



Mango-, vanille- en chiasmoothie

Mango-, vanille- en chiasmoothie



Bereidingstijd: 5 minuten



Recept voor 1,5 liter / voor 4 personen

400 g bevroren mangostukjes

200 g magere vanilleyoghurt

2 eetlepels chiazaad

750 ml koude melk naar keuze

Bereiding

1. Doe de ingrediënten in de blenderkan en sluit het deksel.

 **SMOOTHIE** tot het programma afloopt.



Bereidingstijd: 5 minuten



Voor 1 persoon

150 g bevroren mangostukjes

300 ml koude melk naar keuze

150 g magere vanilleyoghurt

1 eetlepel chiazaad

Bereiding

1. Doe de ingrediënten in de persoonlijke blenderbeker en bevestig de blendermessen.

 **SMOOTHIE** tot het programma afloopt.