



App'ocado Spice




the 3X Blucifer Pro™

Sage®

App'ocado Spice

 Bereidingstijd: 10 minuten

 Voor 4 personen



the 3X Bljuicer Pro™

85 g (ongeveer een halve grote) rijpe avocado, zonder schil en pit

1 eetlepel walnoten

½ theelepel gemalen kaneel

¼ theelepel vanille-extract

120 g (ongeveer 6) ijsblokjes

600 g (ongeveer 3) middelgrote grannysmithappels

100 g babyspinazie

330 g (ongeveer 1) komkommer

Gemalen nootmuskaat als garnering

Bereiding

- 1. Voeg de avocado, de walnoten, het gemalen kaneel, het vanille-extract en de ijsblokjes toe aan de blenderkan en bevestig deze aan de sapuitloop.*
- 2. Zet de snelheidsknop op 10 en pers de appels en de spinazie.*
- 3. Verlaag de snelheid tot 4 en pers de komkommer.*
- 4. Verwijder het persopzetstuk en zet de blenderkan op de motorbasis. Zorg dat het deksel goed is gesloten.*
- 5. Selecteer het programma Groene smoothie.*
- 6. Schenk het mengsel in hoge glazen. Besprenkelen met nootmuskaat en serveren.*