Składniki:

Melon – zielony lub biały

1 ogórek

4 jabłka

Banan

Cytryna

Werbena cytrynowa

Woda mineralna

Przygotowanie:

Owoce obieramy i kroimy na kawałki. Ogórek obieramy ze skórki i wydrążamy nasiona, kroimy na kawałki.

Wszystkie składniki wrzucamy do miksera, dodajemy sok z cytryny i miksujemy dodając tyle wody aż składniki się dokładnie połączą, do uzyskania puszystej konsystencji.