

## Цитрусово-имбирный коктейль



На 100 грамм:  
Калорийность: **57.16 ккал.**  
Белки: **1.49 г.**  
Жиры: **0.5 г.**  
Углеводы: **11.82 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/citrusovo-imbirnyj-koktejl/>

### **Ингредиенты:**

- апельсин - 2 шт
- спелый банан - 1 шт
- свежий имбирь - 1 см
- греческий йогурт - 1/3 стакана
- стевиозид- 1 щепотка(можно без него)

### **Приготовление:**

В блендере взбейте все ингредиенты до однородной массы.  
Разлейте по бокалам и подавайте.