

Mango are un gust foarte interesant. Cand l-am incercat pentru prima data, am gandit ca aroma lui e o combinatie de morcov cu zmeura. :-P Voi ce parere aveti??? Pe langa gustul deosebit acesta are o multime de beneficii: - alcalinizeaza organismul - imbunatateste digestia - stimuleaza sistemul imunitar - previne cancerul - mentine si imbunatateste sanatatea ochilor - curata porii astupati si previne aparitia cosurilor. Pentru Mango Smoothie aveti nevoie: - 2 mango copti - 400 ml apa plata - o lime - o bucata de un cm ghimbir proaspat. Il stoarceti sau blenduiti, cum doriti. Daca aveti copii, e indicat sa-l stoarceti, deoarece va fi mai usor de baut. Vlad, baiatul meu, prefera doar stors. E delicios!!! O zi perfecta sa aveti!!!