

# Smoothie de arándanos, menta y miel



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 5min , Tiempo de cocción: 0min  
Tiempo total: 5min , Número de porciones: 1

**0** Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/smoothie-de-arandanos-menta-y-miel>

## Preparación

Ponga todos los ingredientes en una licuadora y mezcle hasta que esté suave.

Fuente: <http://www.apronandsneakers.com/>

## Ingredientes

- 1 cucharada/s Semillas de lino
- 1-2 taza/s Leche descremada
- 1/4 taza/s Arándanos
- 1 cucharadita/s Miel
- 2 hoja/s Menta

## Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Primavera, Verano, Todo el año, Económico, Frutas, Un pobre estudiante, Chicas delgadas, Bebidas y cocktails

