



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: [1](#) | ©1

# Raspberry and kefir smoothie

## Ingrediënten

- 1 tbsp Amanprana coconut fibres
- 250 ml kefir
- 1 ripe banana
- 1 tbsp honey or agave syrup
- 200 g fresh raspberries (also sold frozen)
- dash of lemon

## Extra info

---

### Recept geschikt voor:

1 personen

### Moeilijkheid:

### Vorbereidingstijd:

minuten

### Bereidingstijd:

0 minuten

### Totale bereiding:

0 minuten

## Gebruikte producten

---

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van raspberry and kefir smoothie

- [Wheat germ](#)

## Bereiding

Take a blender or hand blender and mix all ingredients. Add the coconut flour as the last ingredient. A lovely refreshing drink to start the day full of energy!

## Speciale wensen

---

- Vegetarian