



## Tropische mangosmoothie

*Een zonnige smoothie van mango, ananas en sinaasappel. Een echte vitaminebom die meteen aan vakantie doet denken.*

VOORBEREIDING

**10'**

PORTIES

**2**

CATEGORIE

**Drank**

### Ingrediënten

1 rijpe mango  
150 gr verse ananas  
sap van 1 sinaasappel  
0,5 banaan  
150 ml kokoswater  
enkele ijsblokjes

### Bereidingswijze

1. Schil de mango en snijd het vruchtvlees van de pit. Snijd het vruchtvlees in grove stukken.
2. Schil de ananas en snijd ook die in grove stukken.
3. Snijd de halve banaan in schijfjes.
4. Doe al het fruit samen met het sinaasappelsap in de blender.
5. Voeg het kokoswater toe en leg de ijsblokjes er bovenop.
6. Mix alles op hoge snelheid tot een gladde en romige smoothie.
7. Schenk meteen uit in gekoelde glazen en serveer direct.

#### **Tip**

Kokoswater houdt de smoothie licht en verfrissend zonder toegevoegde suiker. Gebruik je een volledig bevroren banaan in plaats van een verse, dan heb je geen ijsblokjes meer nodig en krijg je een dikkere, meer ijsachtige textuur.

#### **Lekker met**

Een tropisch fruitschaaltje met extra mango, ananas en kiwi.

#### **Dranktip**

Serveer de smoothie in een gekoeld glas met een rietje en eventueel een schijfje sinaasappel als garnering.