**Przepisy na koktajle**

**Koktajl z owoców cytrusowych**

składniki: 2 mandarynki, kiwi, banan, duża pomarańcza, grejpfrut, łyżeczka płynnego miodu, 2 łyżki płatków owsianych.

Przygotowanie;

Owoce obrać ze skórki, podzielić na cząstki. Zmiksować. Pod koniec dodać miód i płatki owsiane, wymieszać.

Koktajl arbuzowy

1,5 kg arbuza, miód, 2 szklanki soku z limonki, 3 łyżki drobno pokrojonych listków mięty, 3 szklanki zimnej wody, 1 szklanka kostek lodu.

  Przygotowanie: Arbuz pokroić w drobna kostkę. Zmiksować w blenderze z cukrem, sokiem z limonki i miętą. Dodać miód. Wlać do dzbanka, dodać wodę i lód. Dobrze wymieszać. Podawać od razu po przygotowaniu.

**Koktajl pomidorowy**

Składniki: 200 ml soku pomidorowego, seler naciowy, sok z cytryny, lód.

Przygotowanie: Wszystko razem zmiksować. Przed podaniem dodać lód.